மங்கையர் மலர்

GAYAR MALAR
ரி '93 ரூ. 6.00



மங்கையர் மலர்

&

வரதராம்ஸ் சில்க்ஸ்

இணைந்து வழங்கும்

பட்டான போட்டி!

இது கல்யாண சீசன். பட்டுப் புடவை வாங்காத பெண்ணே இல்லை எனச் சொல்லலாம். எனவே வாசகிகள் தங்களது பட்டான அனுபவங்களை மங்கையர் மலருக்கு எழுதி அனுப்பலாம்.

- உங்கள் வீட்டில் பரம்பரையாக அருமையான பட்டுப் புடவை/துணியைப் போற்றிப் பாதுகாக்கலாம். அது சம்பந்தமான மலரும் நினைவுகள்.

- பட்டுப் புடவை நீண்ட நாட்கள் அதன் தரம், வண்ணம் மெருகுடன் நீடித்து உழைக்க நீங்கள் கையாளும் பிரத்யேக வழிகள்.

- உங்கள் முதல்/குறிப்பிடத்தக்க பட்டுப் புடவை வாங்கிய மறக்க முடியாத அனுபவம்.

- இப்போது சுடிதார் போன்ற நவீன உடைகளும் பட்டில் வருகின்றன. அது சம்பந்தமாக இன்னும் எப்படி பட்டினை நவீன வகையில் உபயோகப்படுத்தலாம். நீங்கள் நல்ல டிசைனராக இருந்தால் டிசைன் போட்டும் அனுப்பலாம்.

★ மேலே குறிப்பிட்ட நான்கு விதப் போட்டிகளில் ஏதாவது ஒன்றில்/பலவற்றில் வாசகிகள் கலந்து கொள்ளலாம். நான்கு பக்கங்களுக்கு மிகாமல் எழுதி அனுப்பவும்.

★ போட்டிக்கு வருகின்ற கடிதங்களை நடுவர் குழு பரிசீலித்துப் பரிசுக்குரியவற்றைத் தேர்ந்தெடுக்கும்.

★ முதற் பரிசு – ரூ 5000/– மதிப்புள்ள
'வரதராம்ஸ்' பட்டுப் புடைவை
★ இரண்டாம் பரிசு – ரூ 3000/– மதிப்புள்ள
'வரதராம்ஸ்' பட்டுப் புடைவை
★ மூன்றாம் பரிசு – ரூ 2000/– மதிப்புள்ள
'வரதராம்ஸ்' பட்டுப் புடைவை
★ 15 ஆறுதல் பரிசுகள் – ரூ 500/–
மதிப்புள்ள புடைவை

★ பிரபலமான மூவரைக் கொண்ட நடுவர் குழு, வரும் கட்டுரைகளைப் பரிசீலிக்கும்.

★ நடுவர் குழுவின் தீர்ப்பே இறுதியானது. போட்டி சம்பந்தமாகக் கடிதப் போக்குவரத்து கிடையாது.

★ மங்கையர் மலரில் போட்டி முடிவுகள் அறிவிக்கப்பட்ட பின், சென்னையில் இதற்கென தனியாக பரிசளிப்பு விழா நடத்தப்படும். முதல் மூன்று பரிசுக்குரியவர்களில் எவரேனும் வெளியூராக இருப்பின் விழாவில் பங்கேற்க அவருக்குப் போக்குவரத்துச் செலவு அளிக்கப்படும்.

★ கட்டுரைகள் அனுப்ப கடைசி தேதி 13.1.1993

★ தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட கட்டுரைகள் மங்கையர் மலரில் பிரசுரிக்கப்படும்.

★ உறையின் மேல் 'பட்டான போட்டி' எனக் குறிப்பிட்டு மங்கையர் மலர், ஈக்காடுதாங்கல், சென்னை – 97 என்ற முகவரிக்கு அனுப்பவும்.



சப்பாத்தி போடும் போது கல் சூடு ஏறியதும் எண்ணெய் விடாமல் வெறும் கல்லில் சப்பாத்தியைப் போட்டு இரண்டு, மூன்று முறை திருப்பி விட்டுப் பின்பு சிறிது எண்ணெய் விட்டால் சப்பாத்தி பூரி போல் நன்றாக எழும்பி வரும். தீய்ந்து போகாமல் ஒரே சீராகவும் சிவந்து மிருதுவாகவும் இருக்கும்.

– வைஜயந்தி

‘மனச் சான்றை மதித்து நடக்கும் மதிவாணர்
உலகில் எங்கிருப்பினும் சரி, எம்மொழி
பேசினாலும் சரி, எம்மதத்தில் பிறந்திருப்
பினும் சரி, அவர் அனைவருக்கும் ஒரே
மதமே. நன்மை செய்தல், துணிந்து செய
லாற்றல் என்பதே அவர்களுடைய மதம்.’

– எமர்ஸன்

ஒரு நாள் காலை நேரம். என் பூந்தோட்டத்திலுள் ஒரு பெண்மணி உலா சென்று கொண்டிருந்தாள். யார் எனக் காண விரைந்தேன். ‘நான்தான்’ என என்னைப் பார்த்துப் புன்முறுவல் பூத்தாள் அன்னை பாரத மாதா. அன்னையை உற்றுநோக்கினேன். இத் தேசத்தின் பொரு ளாதாரம், மக்கள் பெருக்கம் போன்ற கவலைகளையும் மீறி அவ்வன்னையின் முகத்தில் ஓர் நம்பிக்கை ஒளி பிரகா சித்துக் கொண்டிருந்தது. இந்தியாவின் எதிர்காலம் நிச்ச யம் நன்றாகத்தான் இருக்கும் என்ற நன்னம்பிக்கையைப் பொழிந்து கொண்டிருந்தாள். அன்னையின் கழுத்திலோ மணம் கமழும் வண்ண வண்ண மலர்களால் ஆன கதம்ப மாலை கம்பீரமாய் காட்சி அளித்தது. ‘எல்லாம் என் மண்ணின் மலர்கள். புரியவில்லை. என் மக்கள்’ என ஆனந்தமாய் சிரித்துக் கொண்டே சென்று விட்டாள்.

அன்னை சென்று வெகு நேரமாகியும் அவள் சொன்ன வார்த்தைகள் என் காதுகளில் ஒலித்துக் கொண்டேயிருந் தன. ‘நாம் எல்லோரும் இந் நாட்டு மக்கள். நிறத்தால்,



மதத்தால், மொழியால் வேறுபடினும் நாம் எல்லோரும் இந் நாட்டு மக்கள்.' இவை அடிக்கடி நாம் கேட்கும் வார்த்தைகள்தாம். நம் இரத்தத்தில் நம்மையறியாமலே ஊறிய பண்புதான். அன்றாட வாழ்க்கையில் நாம் நேசமாய் ஏற்றுக் கொண்ட உண்மைதான். இருப்பினும் மலரும் நினைவுகளாய் ஒரு சில சம்பவங்கள் கவனத்தில் தோன்றுவது மகிழ்ச்சிதானே.

''என்ன கிருஷ்ணவேணி, நேத்து ஏன் வேலைக்கு வரலை?''

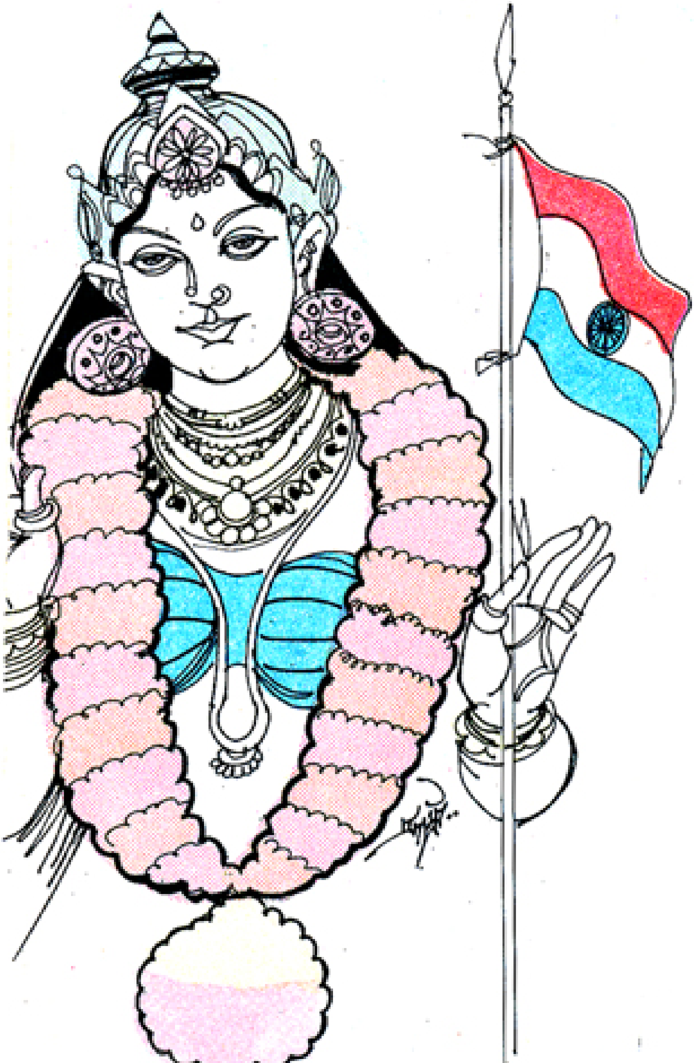
''என் பக்கத்து வீட்டு அம்மா குழந்தைக்குக் காய்ச்சலம்மா. அவங்க குழந்தையை மசூதிக்குக் கூட்டிக்கிட்டு போகணுன்னாங்க. கூட போனேன். நேரமாயிடுச்சு.''

''மருந்து கொடுக்கலையா?''

''இல்லைம்மா. அங்க மசூதில நிறைய சாமிங்க மந்தரம் சொல்லி வெளிய வருவாங்க. இந்த மாதிரி உடம்பு நோக்காடோட நிறைய பேர் நிப்பாங்க. அவங்க குழந்தைங்க தலையைத் தொட்டு மந்தரம் சொன்னா சரியாயிடும். அப்படியும் சரியில்லேன்னாதான் மருந்தெல்லாம்.''

கிருஷ்ணவேணி தோட்ட வேலை செய்யும் பெண். தீவிர அம்மன் பக்தை. மஞ்சள் அப்பிய நிறமாய் முகமும், நெற்றி நிறைந்த குங்குமமாய் அவளைப் பார்த்தால் அன்று வெள்ளிக் கிழமை என்று அடித்துச் சொல்லி விடலாம்!

''எங்க வூட்டுக்காரர் சொல்லுவாரும்மா. எல்லா கடவுளும் நல்லதுதான் செய்யும். அவங்கவங்க மனசு தான் காரணம்'' எனக் கூறிக் கொண்டே தோட்டத்தினுள் வேலைகளைக் கவனிக்கச் சென்றாள் கிருஷ்ணவேணி. அவள் சென்றாலும் அவளுடைய வார்த்தைகளின் மணம் நெஞ்சை ஆட்கொண்டது. யாரிடம் இவர்கள் இந்த உயர்ந்த தத்துவத்தைக் கற்றார்கள்? எத்தனை பெரிய தத்துவம் எளிதாய் இவர்கள் உள்ளத்தினுள் புகுந்து விட்டது.



'தெய்வம் பல பல
சொல்லி பகைத்
தீயை வளர்ப்பவர் மூடர்
யாரும் பணிந்திடும்
தெய்வம் - பொருள்
யாவிலும் நின் றிடும்
தெய்வம்'

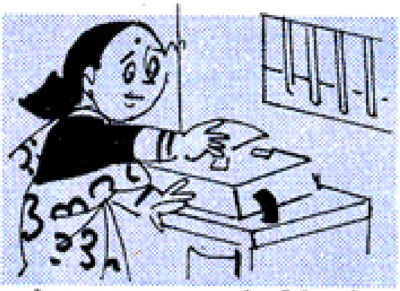
என்ற பாரதியின் வரிகளின் உண்மையை இவள் பாருக்குள் நிருபிக்கின்றாளோ?

எண்ண ஓட்டம் தொலைபேசி மணி அழைப்பால் தடைப்பட்டது. பேசியவர் ஜேக்கப் மணி.

''என்ன ஜேக்கப்?''

''என்னம்மா, நல்லாயிருக்கீங்களா. ஒன்னுமில்லை. நம்ம கோபாலன் வீட்ல இன்னிக்கு சாயந்திரம் ஐயப்ப பூஜை. ஞாபகமிருக்கில்ல. மறந்துட போறீங்க. குடும்பத்தோட வந்துடுங்க. என்ன, சரி, அப்ப சாயந்திரம் பார்ப்போம்.''

கைகள் இயந்திரமாய் தொலைபேசியை வைக்க எண்ணங்கள் ஜேக்கப் மணியைச் சுற்றி வந்தன. அழகான கிறிஸ்துவ குடும்பம்.



கேஸ் ஸ்டவ்வைத் தண்ணீர் ஊற்றி அலம்பும் போது பர்னர்களில் நீர் பட்டு வெகு விரைவில் பர்னர்கள் துருப்பிடித்து வீணாய்ப் போய் விடுகின்றன. இதைத் தவிர்க்க பர்னர்கள் மீது பால் கவரைப் போட்டுவிட்டு, பிறகு அலம்பலாமே!

– ஜெ. திவாகரன்

அன்பான மனது. அவர்களின் உற்ற நண்பர் கோபாலின் வீட்டில் எந்த விழா என்றாலும் ஜேக்கப்பின் குடும்பம் கோபாலின் வீட்டில் தான். கடை, மளிகை சாமான், விருந்து என எல்லாவற்றிற்கும் முன்னின்று சுடுகொடுக்கும் குணம். அய்யப்பன் பூசை எப்படி முறையாகச் செய்ய வேண்டும் என்பது ஜேக்கப் மணிக்கு அத்துப்படி.

இதைத்தான் பாரதிதாசன்,

'உன் வீடு, உனது பக்கத்து வீட்டின் இடையில் வைத்த சுவரை இடித்து வீதிகள் இடையில் திரையை விலக்கி நாட்டொடு நாட்டை இணைத்து மேலே ஏறு. வானை இடிக்கும் மலை மேல் ஏறி நின்று பாரடா. எங்கும் உன்னுடன் பிறந்த பட்டாளம். அனைவரும் உறவினர் என வலியுறுத்திச் சென்றார். இதை எத்தனையோ ஜேக்கப்புகள் நடைமுறைப்படுத்திக் கொண்டுதான் வருகின்றனர்.

கதம்ப மணத்தில் மூழ்கியிருந்த என்னை ஓட்டமும் நடையுமாய் சென்று கொண்டிருந்த கமாலின் அவசரம் கலைத்தது.

''என்ன கமால், எங்கே இப்படி அவசரம் அவசரமாய்?''

''இரயில்வே ஸ்டேஷன் போய்கிட்டு இருக்கேம்மா. மணி ஆயிடுச்சு.''

''யார் வர்றாங்க?'' அவரின் அவசரத்தை என் ஆர்வம் முந்தியது.

''என் நண்பரோட குடும்பம். கல்கத்தாவிலிருந்து வர்றாங்க. ரொம்ப தெய்வ பக்தியுடைய குடும்பம். அவங்க குழந்தைங்க எல்லாம் வடக்கே வளர்ந்தவங்க. அதனால தென்னகக் கோயிலை எல்லாம் அவங்க சுற்றிப் பார்க்கணுமாம். இங்க இருக்கிற கோயில்கள் பத்தின புத்தகம் எல்லாம் எனக்குத் தெரிஞ்ச வரைக்கும் வாங்கி வைச்சிருக்கேன். ஒரு வாரத்தில எவ்வளவு இடங்கள் பார்க்க முடியுமோ பார்க்கட்டும்'' என அங்கலாய்த்தவாறு பறந்து சென்றார் கமால்! மதங்கள் மனிதனை இணைப்பதற்காகவே தோன்றின என்ற மகாத்மாவின் வாக்கினை கடைப்பிடிக்கிறேன் நான் எனச் சொல்லாமல் சொல்லிப் பறந்து விட்டாரோ!

ஆக இவர்கள் எல்லோருமே அமைதியோடும், மகிழ்வோடும்தான் இருக்கின்றனர். பண்பால் உயர்ந்து வாழ்கின்றனர். அமைதியும் நிம்மதியும், தான் மட்டும் நன்றாக வாழ்வதால் நிச்சயம் கிடைக்காது. சுற்றுப்புறமும் நன்கு அமைய வேண்டும். சமுதாயம் ஒற்றுமையாய் இருந்தால்தான் தனி மனிதனுக்கு நிம்மதி. இவர்கள் எல்லாம் ஆங்காங்கே காணும் தனி மரங்களாக இருப்பினும் தோப்பாக சமுதாயம் மாற, மாற்றப்பட பெரும் கருவியாய் இயங்கிக் கொண்டிருப்பவர்கள். உயிருள்ளவைகளில் மனிதனுக்கே நம்பிக்கை தேவையாகின்றது. அந்த நம்பிக்கையை தான் விரும்பிய ரூபத்திலேயே அவன் காண்கின்றான். பற்றிக் கொள்கின்றான்.

இக் கருத்தைத்தான் தாமஸ் அவர்களின் பேச்சும் வலியுறுத்தியது. உத்தியோகம் காரணமாக இந்து மதத்தைச் சார்ந்த ஓர் இடத்தில் வேலை செய்பவர் தாமஸ். அனைவராலும் நல்லவர் எனப் போற்றப்படுபவர்.

''நான் அம்மனைப் பார்க்கும் பொழுதெல்லாம் நான் வணங்கும் மேரிமாதான்னு தான் நினைச்சுக்குவேன். நான் இங்கு செய்யும் சேவையெல்லாம் என் மேரி மாதாவை கண்டிப்பாய்ச் சென்றடையும்.''

எத்தனை நம்பிக்கை. என்ன உறுதி. இந்த ஆன்ம பலம்தான் மனிதனுக்கு ஒற்றுமையைக் கொடுக்க முடியும், அமைதியை அளிக்க முடியும் என்பதினை தாமஸைப் போல் எல்லோரும் புரிந்து கொள்வார்களா? நாகப்பட்டினம் வரை செல்லும் அநேகர் வேளாங்கண்ணி மாதாவையும், திருநாகூர் ஆண்டவரையும், திருவாரூர் கோயிலையும் சென்று தரிசிக்காமல் வருவதில்லை.

'உடல் நலத்தின் அரசி' என அழைக்கப்படும் வேளாங்கண்ணி மாதாவின் ஆலயத்தில் மக்கள் அளிக்கும் காணிக்கைகளையும், அவர்களின் வேண்டுதல்கள் நிறைவேறியதற்கான அவர்களின் நன்றிக் கடிதங்களையும், அனுப்புபவரின் பெயர்களையும், விலாசங்களையும் பாருங்கள். நாகூர் ஆண்டவரின் மகுதியில் நோய் நீங்கப் பெறுவதற்காகச் செல்லும் மக்கள் கூட்டத்தினையும், அவர்கள் குறைதீர்ந்து செல்வதையும் பாருங்கள். கேட்டதெல்லாம் குறை நீக்கத் தருவாள் இந்த ரௌத்ர துர்க்கை என திருவாரூரில் அலைபோல் மோதும் மக்களைப் பாருங்கள். இவர்களுக்கெல்லாம் ஒரே ஒரு மதம்தான். மனித மதம்.



சோயா! சோயா! ஹையா! புரோட்டீன் மீல் குருமா!



புரோட்டீன் மீல், கூடுதல் சுவை, மென்மை மற்றும் சத்து கொண்ட 100% வெஜிட்டேரியன் சோயா துண்டுகள்... இது அடர்த்தியான வடிவில் இயற்கையான புரதம், தூய, முழுமையான பாலைவிட இதில் அதிக புரதம் உள்ளது. பருப்பைப் போல் இரு மடங்கு புரதம் அடங்கியது. இறைச்சியைப் போல் மூன்று மடங்கு. சமையலில் இதில் வித்தைகள் பல செய்து வியக்க வைக்கலாம். தயாரிக்கும் உணவுடன் இதைக் கொதிக்க வைக்கலாம், வேக வைக்கலாம், நன்றாகப் பொரிக்கலாம், சிறுசிறு துணுக்குகள் ஆக்கலாம் அல்லது எதிலேனும் ஊற வைக்கலாம். சுவையையும் மணத்தையும் நன்றாக ஈர்க்க வல்ல புரோட்டீன் மீல் துண்டுகளைச் சேர்த்தால், எத்தனையோ உணவுப் பண்டங்கள் நாவிலே நீர் ஊற வைக்கும் தன்மை பெற்று விடும்! அன்றாடம் செய்யும் சாம்பார், அவியல் அல்லது பக்கோடாவில் ஒரு கையளவு புரோட்டீன் மீல் துண்டுகளைச் சேர்த்து, அவற்றைப் புரதம் செறிந்ததாக ஆக்குங்கள், அல்லது சீன வகையில் ஃப்ரைடு ரைஸ் மற்றும் ஸ்வீட் அன்ஸோர் முதலியவற்றைச் செய்ய இதைப் பயன்படுத்தலாம். இதைக் காய்கறிகளுடன் சேர்த்துச் சமைக்கலாம்-அல்லது காய்கறிகளுக்கு பதிலாகவும் பயன்படுத்தலாம்.

ஐையா! குருமா செய்ய இப்போதே தயாராகி விட்டீர்களா? தெரியும். எனவே எங்களுக்கு இதில் வியப்பு ஏதும் இல்லை!

வியக்க வைக்கும் குருமா

தேவையான பொருள்கள்:
புரோட்டீன் மீல் சோயா துண்டுகள் 25, 1 டீஸ்பூன் கசகசா, 1 டீஸ்பூன் சீரகம், 1 டீஸ்பூன் தனியா, 1/2 டீஸ்பூன் மஞ்சள்பொடி, 3 பச்சை மிளகாய், 1/4 தேங்காய், 2 ஏலக்காய், 2 லவங்கம், 1/4 லவங்கப் பட்டைத் துண்டு, 1/2 பூண்டுச் சுளை மற்றும் 1/2 இஞ்சித் துண்டைப் பசையாக அரைத்து வைத்துக் கொள்ளவும். 1 கோப்பை தயிர், மெல்லியதாய் நறுக்கிய 3 வெங்காயம், 1 தக்காளி, சிறுசிறு துணுக்குகளாக நறுக்கிய உருளைக்கிழங்கு-காரட்-பீன்ஸ் காலிஃபிளவர் ஒவ்வொன்றும் 50 கிராம், சுவை சேர்த்து அலங்கரிக்க கொத்து மல்லி மற்றும் எலுமிச்சை.

செய்முறை: 1/4 கோப்பை எண்ணெயை ஒரு தட்டில் சூடுபடுத்தவும். இளம் பழுப்பு நிறம் வரும்வரை வெங்காயத்தைப் பொரிக்கவும். அரைத்துப் பிசைந்த மாவைச் சேர்த்து 5 நிமிடம் பொரிக்கவும். நறுக்கிய தக்காளி மற்றும் காய்கறிகளைச் சேர்த்து மேலும் 5 நிமிடம் பொரிக்கவும். தயாராக உள்ள புரோட்டீன் மீல் சோயா துண்டுகளைச் சேர்க்கவும். தயிர் மற்றும் ஒரு கோப்பை தண்ணீர் சேர்த்துக் காய்கறிகள் வேகும்வரை நடுத்தர அனலு சூட்டில் இளேசாகக் கொதிக்க வைக்கவும். நறுக்கிய கொத்துமல்லி மற்றும் ஒரு எலுமிச்சம்பழச் சாறு கொண்டு சுவை மணத்துடன் அலங்கரிக்கவும்.
இந்த சுவையான குருமாவைப் பூரி, சப்பாத்தி அல்லது சாதத்துடன் பரிமாறலாம்.

இந்தக் கூப்பனைப் பூர்த்தி செய்து அனுப்புங்கள்.
உங்களை ஓர் உறுப்பினராகச் சேர்த்துக் கொள்வதில் பெருமகிழ்ச்சி அடைவோம்.

இலவசம் !

புதுப்புது சமையல் குறிப்புகள், ஒவ்வொரு மாதமும் உங்களுக்கு அனுப்பப்படும். சமையல் குறிப்புப் போட்டிகளில் பரிசுகளை வெல்லும் வாய்ப்பு.
முந்துங்கள்! இப்போதே பதிவு செய்து கொள்ளுங்கள்.



புரோட்டீன் மீல் குக்ஸ் கிளப்

பெயர் ....
முகவரி ....
....

அனுப்ப வேண்டிய முகவரி:
தபால் பெட்டி எண்: 4550
சென்னை-600 006.



புதியது !

மேன்மையான சோயா துண்டு

தயாரிப்பாளர்கள்:
கர்நாடகா ஸ்டேட் அக்ரோ கார்ன் பிராடக்ஸ் லிட்.
பெங்களூர் 560 024

FOUNTAINHEAD-717-92

அச்சு விற்பனை: ஸ்ரீ பாலாஜி ட்ரேடிங் கம்பெனி, நெ.32, 32வது கிராஸ், 7வது பிளாக், ஜெய நகர், பெங்களூர் 560 082. தொ.பே. 648509.

வேறெந்த பாகுபாடும் அவர்களிடம் இல்லை. இதிலிருந்து புரிவதெல்லாம் மக்கள் வாழ விரும்புகின்றார்கள். நல்ல முறையில் சண்டை சச்சரவுகள் இன்றி துன்பம் நீங்கி வாழ விரும்புகின்றார்கள். இது பெரும்பான்மையோரின் மனப் பாங்கு. அதற்காக கண்மூடித்தனமாக இப் படித்தான் இருப்பதா. துன்பங்களை எதிர்த்துப் போராடும் சக்தி மக்களுக்கு வேண்டாமா என்ற ஐயம் எழலாம். இச்செய லுக்கு மற்றொரு பொருளும் கொள்ள லாமே.

இவர்கள், 'இராட்சத பலம் இருப்பது பலம். ஆனால் அதனை இராட்சதன் போல் உபயோகித்தல் தீது' என்ற ஷேக்ஸ்பியரின் வாக்குகளை நன்கு உணர்ந்தவர்கள் என்றும் சொல்லலாமே.

இறைவன் என ஒன்றின் பெயரைச் சொல்லாமலும் ஒழுக்கமாய் வாழ்பவர் நம்முன் ஏராளம், ஏராளம். இவர்களுக்குச் சத்தியமே வாழ்க்கை. நேர்மையே பக்தி. மக்கள் தொண்டே பூஜை.

'நான் எந்தக் கோவிலும் போவ தில்லை. எந்தக் கடவுளையும் தொழுவ தில்லை. ஆனால் என் கடமையில் ஒரு நாளும் தவறு செய்வதில்லை. ஏதோ என் னால் முடிந்த அளவு தர்மம் செய்வேன். அவ்வளவுதான் என் வாழ்க்கை' என ஞானத்தின் சாறாய்ப் பேசினார் டிரைவர் பன்னீர் செல்வம்.

'பூஜை, சேவை, விரதம், நியமம் எல் லாம் வெறும் விளையாட்டுக்களே. உள்ளத் தால் தொட வேண்டும்' என்ற கபீர் தாசரின் வாக்குகளுக்கு அர்த்தமாய் நிற்கிறாரோ!

''எது இறைவன்? உண்மையும், அன்பும்தான் இறைவன். அப்ப அவர் கோயில்ல மட்டும்தான் இருக்காரா. எங்கே யும்தான் இருப்பார். நல்ல எண்ணம்தான் வேண்டும்'' எனப் பன்னீர் செல்வம் விளக் கம் கூற மீண்டும் நினைவில் வந்தார் கபீர் தாசர். ஒருமுறை கபீர்தாசர் களைப்பு மிகுதி யால் கடவுளின் சன்னிதானத்திற்கு நேரே காலை நீட்டி உறங்கி விட்டாராம். இதனைத் தவறாகக் கூறிய மற்றவர்களை நோக்கி, ''கடவுள் எந்தப் பக்கம் இல்லையோ அந்தப் பக்கம் என் காலை நீட்டி விடுங்கள்'' என்றாராம். இறைவன் பெயரைச் சொல்லி வாழ்பவர், சொல்லாமல் வாழ்பவர் என்ப தல்ல பிரச்னை. அது அவரவர் மனப்பாங்கு. அடுத்தவரை வீழ்த்தாமல் வாழ்வதே சிறந்த வாழ்க்கை.

ஆக உலகை நல்வழியில் அழைத்துச் செல்ல அவதரித்த உத்தமர்கள், அவர்கள் போதித்த சமய நெறிகள் அனைத்தையும் உற்றுநோக்கும் பொழுது மூன்று உயிர்நாடி யான கருத்துக்களில் பெரும்பாலான ஒற்று மையைக் காண முடிகின்றது. அவை 1. இறைவன், 2. இயற்கை, 3. மனிதனுக்குள் விளங்கும் உள் ஒளி.

இஸ்லாமியரின் திருக்குரான் கூறு கின்றது :

''மனிதனுடைய முக்கியமான
இரத்தக் குழாயை விட
கடவுள் அவனுக்கு நெருக்கமாக
இருக்கின்றார்.''

கிறிஸ்துவத்தில் மோஸஸ்
கூறியதாவது :

'மனிதனுடைய சுவாசத்தில்
இறைவன் இழையோடுகிறான்'

'இறைவன் மனிதனுள்ளே இருக் கின்றான்' என்பதே இந்து மதம்.

மனிதனுள் உயர் பண்புகளும், விலக்க வேண்டிய பண்புகளும் கலந்தே இருக்கின் றன. விலக்க வேண்டிய பண்புகள் விலகா விடின் மனிதன் விலங்காகிறான். விலக்க வேண்டிய பண்புகள் விலகினால் அவன் மனிதனாகிறான். மனிதப் பண்புகளை உயர்த்திக் கொண்டே செல்லும் பொழுது அவன் தெய்வமாகி விடுகின்றான். ஆக தீய பண்புகள் விலகவும், நல்ல பண்புகள் வளரவும் உதவி செய்வது மதம். தன்னம் பிக்கையை வளர்ப்பது பிரார்த்தனை. இப்படி நம்பிக்கையும் நட்பும் கூடி ஒன்றாக ஆக்கப்பட்டதே இந்தக் கதம்ப மாலை.

இதில் மலர்கள் வெவ்வேறுதான். நிறங் கள் வெவ்வேறுதான். மணங்கள் வெவ் வேறுதான். ஆனால் கதம்பத்தின் சிறப்பே அதுதானே. அதுவே இந்த மண்ணின் மகிமை.

- டாக்டர். கமலி ஸ்ரீபால்



டிசம்பர் இதழில் ''மரவள்ளிக் கிழங்கு புட்டு'' பற்றி ஒரு சகோதரி எழுதி யிருந்தார். இதே மரவள்ளிக் கிழங்கினை மேல் தோலைச் சீவிவிட்டு சீவல் (வறுவல்) கட்டையில் சீவி, (வாழைக்காய் வறுவல்) போல் சீவிக் கொண்டு எண்ணெ யில் பொரித்து மிளகுத்தூள், உப்பு தடவிப் பரிமாறலாம்.

- கமலா

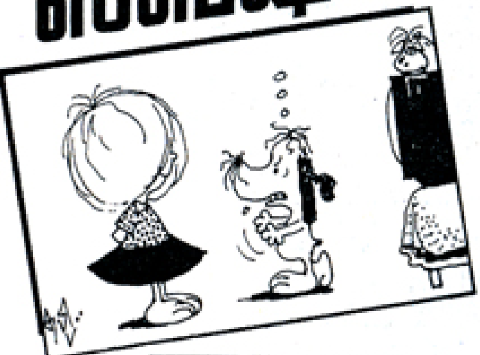
கல்கி

17.1.93

பொங்கல் சிறப்பிதழ்

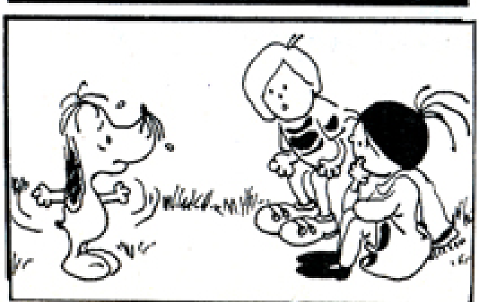
ஜில்பு-ஜானு

ஸ்பெஷல்!





அட்டை டு அட்டை
சிரிப்போ சிரிப்!

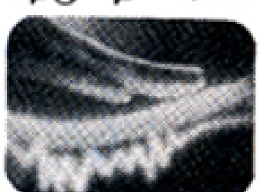




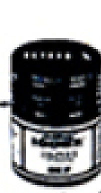
ஓயாது, ஒழியாது தலைக்கு மேல் வேலை
அதை சுமப்பதின் பலன் இடுப்பு வலித் தொல்லை.



அயோடெக்ஸ் தரும் நிவாரணம் இதம் இதம்



வீட்டு வேலை. குடும்ப நலம். விருந்தோம்பல் . . . நாள் தோறும் இவை அனைத்தையும் முகம் சுளிக்காமல் செய்திடும் உங்களுக்கு களைப்பும் சோர்வும் சில நேரங்களில் ஏற்படுவது இயற்கைதானே. அந்த நேரங்களில் கூடவே வருகிறது இடுப்பு வலி. உடனடியாக அயோடெக்ஸின் நிவாரண சக்தியை நாடுங்கள். அது உள்ளில் ஊடுருவி இடுப்பு வலியை அடியோடு அகற்றுகிறது.



அயோடெக்ஸ்®

அயோடெக்ஸ் தடவுங்கள். வேலையைத் தொடருங்கள்.

★ வாசகிகளுக்காக தொடங்கப்பட்டுள்ள பகுதி வரவேற்கத்தக்க விஷயம். மங்கையர் மலருக்குப் பாராட்டுக்கள்!

ஜி. சூர்யா.

திருநெல்வேலி – 11,

★ சுபகாரியத்திற்கு மட்டுமல்லாது பார்த்த மாத்திரத்திலேயே மனதிற்கு இனம்புரியாத தொரு மகிழ்ச்சியை அளிக்கும் மகாசக்தியான தாம்பூலத்தின் (வெற்றிலை) மகிமைகளை மனதார எடுத்துரைத்தது முதல் பக்கக் கட்டுரை.

வி. கலைச்செல்வி.

கோயமுத்தூர் – 12,

★ 'முதல் ராங்க் மோகம்' கட்டுரை பெற்றோருக்கு ஒரு சவுக்கடி. தன் குழந்தைகளின் எதிர்காலம் பிரகாசமாக இருக்க வேண்டும் என்ற நினைப்பு தவறல்ல. தங்களுடைய சுய கௌரவத்திற்காக குழந்தைகளின் மேல் படிப்பு என்கிற அதிக பளுவை சுமத்தும் போது சில குழந்தைகள் அதைத் தாங்க இயலாமல் துவள்கின்றன. தேவையான இந்த அறிவுரையை உணர்ந்து பெற்றோர் நடந்தால் குழந்தைகளின் வருங்காலம் இனிமையானதாக இருக்கும்.

ஜானகி.

புதுதில்லி,

★ ''எங்கிருந்தோ வந்த கீதம்'' நாவலில் குறிப்பிட்டுள்ளது போல் விஷ்ணு சஹஸ்ரநாமத்தில் 108 விஷ்ணுவின் பெயர்கள் இல்லை. 1008 நாமங்கள் உள்ளன. எனவே, ''பகவான் விஷ்ணு கே ஏக் ஹஜார் ஆட் நாமோம் கா ஸ்லோக் மந்த்ர்'' என்றிருக்க வேண்டும்.

என். சுப்ரமணியன்.

சேலம்,

★ 'ஆன்ம விருட்சம்' கட்டுரையைப் பார்த்தவுடன் உடனடியாக திருவண்ணாமலை சென்று 'யோகி ராம் சூரத்குமார்' அவர்களைத் தரிசித்துக் கவலையெல்லாம் நீங்கி நிம்மதி பெற மாட்டோமா என்று மனதை ஏங்க வைத்து விட்டது.

எஸ். இந்துமதி.

மேட்டூர்,

சொல்ல விரும்புகிறோம்:

எங்கேயாவது ஓடி விடலாமான்னு நினைப்பேன்!

★ சென்ற இதழ் மிகவும் சிறப்பான கட்டுரைகளைக் கொண்டதாக இருந்தது. 'டென்ஷன்' பற்றி இத்தனை விரிவாக, அழகாக இதுவரை எந்தப் பத்திரிகையும் எழுதியிருக்க முடியாது என்றே நினைக்கிறேன். மேலும் 'சைல்ட் சைக்காலஜி'யை அடிப்படையாக வைத்து இரண்டு கட்டுரைகளும், மனோதத்துவ ரீதியில் ஆராயப்பட்டிருக்கும் பயம் பற்றிய கட்டுரையும் மிகவும் சிறப்பாக இருந்தன. யோகி ராம்சூரத்குமார் பற்றிய ஆன்மீகக் கட்டுரை, ஹர்ஷத் மேத்தாவின் மனைவி எப்படி இருந்திருக்க வேண்டும் என்று அறிவுறுத்திய கட்டுரை என்று எங்களைத் திக்குமுக்காடச் செய்து விட்டீர்கள்.

பிரேமா சேதுநாராயணன்.

சென்னை – 15,

★ எங்க வீட்டுல எழுந்ததிலிருந்து எட்டரை மணி வரை ஏக அமர்க்களமாக இருக்கும். எங்கேயாவது ஓடி விடலாமான்னு நினைப்பேன். நான் கத்த மனைவி கத்த ஒரே சத்தம் தான். இப்ப நாங்க கொஞ்சமா கொஞ்சமாக மாறிக் கொண்டு வருகிறோம். 'டென்ஷனோ டென்ஷன்' கட்டுரைக்கு தேங்ஸோ தேங்ஸ்' – அது சரி கட்டுரையாளர் பெயரை வெளியிட மறந்துட்டீங்களா?

எஸ். கண்ணன்.

வடலூர்,

கட்டுரையை எழுதியவர் – சாமினி. (–ஆர்.)

★ அச்சம் தவிர் ஐந்து பாயிண்டுகளும் பஞ்ச ரத்தினங்களாக அமைந்து இருந்தன. பயந்தும் உயிர் வாழ வேண்டுமா? என்ற கேள்வி சிந்திக்க வைத்தது. 'அச்சமில்லை அச்சமில்லை அச்சம் என்பதில்லையே' எனும் பாரதி கொள்கைப்படி வாழ வழிவகுத்து தந்த உங்கள் இதழுக்கு நன்றி.

எஸ். செண்பகலக்ஷ்மி.

சென்னை – 44,

T. S. S. NIDHI LTD

ESTD 1973

THIRUMYLAI SASWATHA SAHAYA NIDHI LIMITED
Regd. Office: 230, R. K. Mutt Road, Mylapore, Madras 600 004. Phone: 77503.
THIRUVANMIYUR BRANCH : 112, Thiruvalluvar Salai, Kamraj Nagar, Madras 600 041.

DEPOSIT SCHEMES

FIXED DEPOSIT SCHEME

(Minimum of Rs. 1000/- and in Multiples of Rs. 500/-)

Period (months)	Rate of interest P.A.	CASH INCENTIVE
6	15 %	not applicable
12	17 %	1/2 %
24	18 %	1 %
36	19 %	1 1/2 %
60	20 %	2 %

KARPAGA VIRUTCHAM DEPOSIT SCHEME
(Re-Investment Plan)

(Minimum of Rs. 1000/- and in Multiples of Rs. 500/-)

DEPOSIT AMOUNT RS.	PERIOD (Months)	MATURITY VALUE RS.	CASH INCENTIVE
1000	12	1180	1/2 %
1000	24	1425	1 %
1000	36	1760	1 %
1000	45	2025	1 1/2 %
1000	67	3025	2 %

HIGHLIGHTS:

* Recognised as a **NIDHI COMPANY** by Central Government of India.
* Company is in 20th year of Service.
* Monthly interest warrants for the financial year would be despatched in advance at the beginning of the year for fixed deposits.
* No tax deduction at source if the fixed deposit holders submits 15 H in case. For any financial year interest exceeds Rs. 2500/-.
* Loan facility upto 75 % on Fixed Deposit and 85 % on Recurring Deposit paid-up amount.
* Pre-mature repayment facility as per terms and conditions
* Your Deposit amount is advanced against Gold Jewels and immovable properties of Madras city limits.
* Transaction with members only.
(Rupees Two only for Membership.)

JEWEL LOAN

Jewel loans granted on Gold ornaments at Rs. 255/- per gram i.e. Rs. 2040/- per sovereign (8 gm).

Recurring Deposit not required.

SENIOR CITIZEN DEPOSIT SCHEME 19 % p.a.

(APPLICABLE FOR AGED PERSONS ABOVE 55 YEARS, PENSIONERS, HANDICAPPED, WIDOWS, EDUCATIONAL AND CHARITABLE ORGANISATIONS.)

Minimum Deposit Rs. 10000/- **Period - 12 months.**

RECURRING DEPOSIT SCHEME

(Minimum of Rs. 10/- and in Multiples of Rs. 10/-)

MONTHLY DEPOSIT	100	100	100	100	100	100
PERIOD (Months)	12	24	36	48	60	72
MATURITY VALUE	1310	2850	4650	6710	9050	11,580

SAVINGS DEPOSIT SCHEME 9%

	BUSINESS HOURS WEEK DAYS	BUSINESS HOURS SUNDAYS	WEEKLY HOLIDAY
HEAD OFFICE Mylapore	9 am - 12.30pm 2.30 pm - 5 pm	9 am to 12.30pm -	FRIDAY
BRANCH OFFICE Thiruvanmiyur	9 am - 12.30pm 2.30 pm - 5 pm	9 am to 12.30pm -	TUESDAY

M. B. PANDURANGAM
President

P. S. SAMBASIVAM
Secretary

ஸ்ரீ ரங்கநாயகி

அரங்கேற்றம் நூறு அமைத்த



நடனம்! அது செல்வந்தர்களுக்கே சொந்தமான கலை என்ற எண்ணம் எல்லோருக்கும் இருப்பதை மறுக்க முடியாது. தற்போது கணவன், மனைவி இருவரும் சம்பாதித்து "இரண்டுக்கு மேல் வேண்டவே வேண்டாம்" என்று ஆன பிறகு தன் ஒரே மகளுக்கு (சிலருக்குத்தான் இரண்டு பெண்கள்) நாட்டியம் கற்றுக் கொடுத்து அரங்கேற்றம் செய்யவும் ஆரம்பித்துள்ளனர்.

அரங்கேற்றம் என்பதை ஒரு கல்யாணம் போல முறையாக (மாப்பிள்ளை தவிர) செய்ய வேண்டியதும் அவசியமாகிறது. குழந்தைகளுக்கான ஆடை, ஆபரணங்கள், பாட்டு, பக்கவாத்தியம், அழைப்பிதழ், சபா, குருதட்சணையாக பட்டுப் புடவைகள், விலையுயர்ந்த வெள்ளிச் சாமான்கள் இப்படி குறைந்தபட்சம் நாற்பது, ஐம்பது ஆயிரங்களாவது செலவழிக்க வேண்டும். அரங்கேற்றம் ஆன பிறகும் சபாக்களில் நிகழ்ச்சிகள் நடத்த வேண்டுமென்றால் பணம் செலவழிக்க வேண்டியுள்ளது.

இப்படிப்பட்ட நிலையில் பொன்விழாக் கண்ட, திருவல்லிக்கேணி, "சரஸ்வதி கான நிலைய"த்தின் டைரக்டராக இருக்கும் ரங்கநாயகி ஜெயராமன் பாட்டு, வீணை, வயலின், புல்லாங்குழல், இவற்றுடன் நடன வகுப்புகளும் நடத்தி, சமீபத்தில் தன் நூறாவது அரங்கேற்றத்தையும் நடத்தி முடித்துள்ளார். அந்தச் சாதனையைப் பாராட்டி, நடுத்தரக் குடும்பத்து மாணவிகளின் விருப்பத்தையும் அவரால் எப்படி பூர்த்தி செய்ய முடிகிறது என்ற நமது சந்தேகங்களுக்கு விளக்கத்தையும் பெற அவரைச் சந்தித்தோம்.

"என் அத்தை திருமதி. கே. லலிதா அவர்களால் 1939ம் ஆண்டு நான்கு மாணவிகளோடு ஆரம்பிக்கப்பட்டது 'சரஸ்வதி கான நிலையம்'. அவர் என்னை மூன்று வயது முதல் வளர்த்தார். நிலையத்தின் நடன வகுப்பின் முதல் மாணவி நான்தான். வாய்ப்பாட்டு, வீணை, வயலின், ஹார்மோனியம், புல்லாங்குழல் எல்லாவற்றிலும் முறையாகத் தேர்ச்சியடைந்தேன். "ஹரிகதா காலட்சேபம்" கூட செய்து வந்தேன். செங்காலிபுரம் அனந்தராம தீக்ஷிதர் அவர்கள், 'ஹரிகதா சிரோன்மணி' என்றும், அம்பத்தூர் மௌன குருசுவாமிகள் 'கலா ரத்னம்' என்றும், நிலையத்தின் மூத்த கலைஞர்கள் 'நட்டுவாங்க நாயகி' என்றும் பட்டமளித்து என்னைக் கௌரவப்படுத்தினர்.

சகல கலைகளில் ஈடுபட்டு இருந்தாலும், சரஸ்வதி கான நிலையத்தில் இருநூற்று முப்பத்து நாலு மாணவிகளின் நடன அரங்கேற்றம் முடிந்துள்ளது. அதில் நூறு அரங்கேற்றம் திருமதி ரங்கநாயகி ஜெயராமன் அவர்கள் நட்டுவாங்கம் செய்து அமைத்தது. இவரது அத்தனை சாதனைகளுக்கும் திரை மறைவில் இருந்து உதவுவது கணவர் திரு. ஜெயராமன்தான் என்பதை வெட்கத்துடன் நினைவுகூர்கிறார்.

நடனம் என்பது ஆடம்பரக் கலையா? என்ற நம் சந்தேகத்தைக் கேட்ட போது சிரித்துக் கொண்டே, "நீங்கள் கேட்பது போல ஆடம்பரக் கலைதான் என்று ஒப்புக் கொண்டாலும், திருவல்லிக் கேணி மக்கள் மட்டுமின்றி, நடனம் கற்க ஆசைப்படும் பலரும், ஏழை, பணக்காரர் வித்தியாசமின்றி இங்கு கற்றுக் கொள்ள வருகின்

றனர். செல்வந்தர்களுக்கு நான் சலுகை காட்டுவதில்லை என்றாலும், நடனம் மிக நன்றாகக் கற்றுக் கொண்ட ஒரு பெண் பணம் இல்லாத காரணத்தால் மேடையேற முடியவில்லையே என்று வருத்தப்படாமல் பல சலுகைகளை அளிக்கின்றேன். மாத சம்பளம் சிறிது குறைவாக வாங்கலாம். அரங்கேற்ற சமயம் விலையுயர்ந்த பொருட்கள், பட்டுப் புடவைகளைக் கேட்காமல் இருக்கலாம். (அரங்கேற்றம் செய்ய 'அட்வான்ஸ்' தொகை வாங்குபவர்களும் உண்டு.) அரங்கம் ஏற்பாடு செய்வது பற்றி இங்கு குறிப்பிட்டே ஆக வேண்டும். 'சங்கராபரணம்' டிரஸ்ட் திரு. வெங்கட கிருஷ்ணன் அவர்கள் சிறந்த கலைஞர்களை ஊக்குவிக்க, அவரது சபாவில் இலவசமாக அரங்கேற்றம் செய்ய உதவுவதோடு அழைப்பிதழும் அடித்துத் தருகிறார்.

''என் பள்ளி மாணவிகள் பிருந்தா, வந்தனா சகோதரிகளின் அரங்கேற்றம் ஜூன் 12ம் தேதி ஏற்பாடு செய்திருந்தேன். அவர்கள் கிருஸ்துவ மதத்தைச் சேர்ந்தவர்கள். மிகச் சிறந்த மாணவிகள். அரங்கேற்றத்தைக் கல்யாணம் போல சிறப்பாக ஏற்பாடு செய்து தயாராக இருந்த போது முதல் நாள் 'சரஸ்வதி கான நிலைய' அமைப்பாளரும், என் அத்தையுமான திருமதி லலிதா அவர்கள் இயற்கை எய்தி விட்டார். இறுதி யாத்திரை முடிந்து மத்தியானம் ஒரு மணிக்கு வீட்டுக்கு வந்த நான் இதயம் பிளந்து விடும் நிகழ்ச்சியை மறக்க முடியாமல் போனாலும் மாலை அரங்கேற்றத்தை நடத்தியே தீர வேண்டுமென்று உறவினர் பலர் தேதியை மாற்றச் சொல்லியும் கேட்காமல் நடத்தினேன். அரங்கேற்றமும் சிறப்பாக என் நட்டுவாங்கத்துடன் நடந்தது.

''என் மகனுக்குத் திருமணமும் அடுத்த பதினைந்து நாட்களில் வந்து விட்டது. அழைப்பிதழை நேரில் பலருக்கும் கொடுக்க முடியாத நிலையில், பத்திரிகை விளம்பரம் மூலம் அழைத்தோம். ''தன் மீது அன்பு கொண்ட அனைவரும் தவறாமல் வந்திருந்ததை நன்றியுடன் கண்ணில் நீர் மல்க நினைவு கூர்கிறார்.

''அரங்கேற்றம் செய்த பிறகு பணமிருப்பவர்கள் சபாவில் ஆடுகிறார்கள். மற்றவர்களுக்கு என்ன பிரயோஜனம்?''

''சபாக்களில் ஆட முடியாதவர்கள் எங்கள் பள்ளியில் சிலரே. அவர்களது திறமை கண்டு வாய்ப்புகள் வருகின்றன. நடனம் என்பது பெண்களுக்கு நல்ல உடற்பயிற்சியாகும். இங்கு அரங்கேற்றம் நடந்த சீனியர் மாணவிகள், ஆசிரியைகளாக இருக்கின்றனர். வீட்டில் இருந்தபடியே சிலருக்கு நடன வகுப்புகள் மூலம் கற்பித்து சம்பாதிக்கின்றனர். கற்ற கலை என்றும் வீணாவதில்லை.

''சில ஆசிரியைகள், குருக்கள், நட்டுவாங்கம் செய்யக் கற்றுத் தர மாட்டார்கள். 'எங்கள் குரு ஜதி சொல்ல நட்டுவாங்கம் சொல்ல, கோரியோகிராபிக்காகவும் நல்ல பயிற்சி தருபவர். குருகுலம் போல இங்கேயேதான் இருப்போம். முஸ்லீம்கள், கிருஸ்துவர்கள், பிராமணர்கள் அல்லாதவர்கள், பிராமணர்கள் என்ற பாகுபாடு இல்லாமல் இருக்கும் பள்ளி இது. குடும்பம் போலப் பழகுகின்றோம்'' என்று புகழ்கிறார் சீனியர் மாணவி சித்ரா.

நடிகைகள் ரேவதி, ராஜகலோசனா, தாம்பரம் லலிதா போன்றவர்களும், மாலதி தோத்தாத்ரி, ராஜி நாராயணன், சரோஜா வைத்தியனாதன் இவர்களும் இந்த நிலையத்து மாணவிகள்தான். செல்வி சுஜாதா ஸ்ரீநிவாசன் இப் பள்ளியில் ஆரம்ப கால நடனத்தைக் கற்றவர்.

மேலும் அரங்கேற்ற செலவைக் குறைக்க இவர் சமீபத்தில் கையாண்டுள்ள திட்டம் வெற்றியடைந்துள்ளது. தனியாக அரங்கேற்றம் செய்ய முடியாதவர்கள் நாலு அல்லது ஐந்து பேர் மொத்த செலவைப் பகிர்ந்து கொள்ளலாம். ஆடை, ஆபரணங்கள் வாடகைக்குக் கிடைப்பதை உபயோகப்படுத்தலாம். நடனப் போஸ்கள் (கோரியோகிராபி) சிறப்பாகக் கிடைக்கின்றது என்பதை அனுபவப்பூர்வமாக தெரிய வைத்துள்ளார்.

இவர் நடத்திய நூறாவது அரங்கேற்றத்தில் ஐந்து பேரும் மத்தியதரக் குடும்பத்துப் பெண்கள்தான். அதிலும் ரேணு - அமுதா சகோதரிகள் மிகவும் சாதாரண தொழில் செய்பவரது பெண்கள். செலவை மிகவும் குறைத்து அரங்கேற்றம் செய்து பலரது பாராட்டைப் பெற்றார். சிறந்த கலைஞர்கள் என்ற பாராட்டும் அப் பெண்களுக்குக் கிடைத்தது.

குரு என்கிற தோரணை பந்தா இல்லாமல், தேசிய ஒருமைப்பாட்டுக்கு எடுத்துக் காட்டாக, எளிமையாக விளங்குகிறார். தன்னைப் பற்றி தன்னடக்கத்துடன் சங்கோஜத்துடன் சொல்ல ஆரம்பிக்கும்போதே எங்கே அவர் சொல்லாமல் இருந்து விடுவாரோ என்று அந் நிலையத்து மாணவிகளும், பெற்றோரும் மாறி மாறி அவரைப் பற்றிச் சொன்னதே அவரது அடக்கத்துக்கு எடுத்துக்காட்டு.

– ஆதித்யா

ஸ்டார் சபையர்



இன்றைய பெண்மணிகளுக்காக

இந்தியாவின் நெ. 1 தையல் மெஷின் உஷா வழங்கிடும் மாசமருவற்ற ஓர் ஆபரணம். கவர்ச்சியும் பயனும் இணைந்த உபயோகமான ஒரு படைப்பு. இக்காலப் பெண்களின் புதுப்புது ரசனைக்கு ஏற்றதாய், அவர்களின் பல்வகைத் திறன்களை வெளிப்படுத்துவதற்காய் தயாரிக்கப்பட்டது. • தங்குதடையற்ற சுலபமான இயக்கம். • கவர்ச்சியான தோற்றம். • நீடித்துழைக்கும் செயல்திறன். • 2 ஆண்டு உத்தரவாதம். • விற்பனைக்குப் பின் சர்வீஸ் செய்ய பரவலான அமைப்பு. உஷா வழங்கிடும் 'ஸ்டார் சபையர்'. உஷா, இந்தியாவின் பரவலாக ஏற்றுமதியாகும் சர்வதேசத் தரமுடைய தையல் மெஷின்கள். இந்தியாவில் திருப்தியுற்ற 52 லட்சம்* வாடிக்கையாளர்களின் நம்பிக்கையைப் பெற்றது. அமெரிக்கா, பிரிட்டன், ஜெர்மனி, பெல்ஜியம் உட்பட 60–க்கும் அதிகமான நாடுகளில் மேலும் பலரால் பாராட்டப்படுவது. குறிப்பிட்ட சில உஷா மாடல்களில் மட்டுமே உள்ள சில சிறப்பு அம்சங்கள். • விசேஷ லிங்கின் பிரெஸ் பிரெஷர் அட்ஜஸ்ட்டர். • 3 பொஸிஷன் ஃபேப்ரிக் ஸெலக்டர். • ஓப்பன் டைப ஷட்டில் ரேஸ். • உறுதியான எஃகினாலான முக்கிய பாகங்கள்.

STAR Sapphire

The Gem Collection

உஷா

ULKA 20274 TAM

* நேஷனல் கவுன்சில் ஆஃப் அப்ளைடு எகனாமிக் ரிசர்ச் அங்கீகரித்ததன் அடிப்படையில்.

இந்தியாவின் நெ.1 தையல் மெஷின்

கிடைக்கும் இதர மாடல்கள் • கோல்டன் பேர்ள் (கிரீம் கலரில்) • ராயல் எமரால்டு (பச்சை வண்ணத்தில்)

* ஜி. வசந்தரா



இம்மாத இல்லத்தரசி



* மகாலட்சுமி

பொருள் : உருண்டை

முதல் பரிசு ரூ. 300/-

மோர்க் குழம்பு பருப்பு உருண்டை + ரச உருண்டை

தேவையான பொருட்கள் :
துவரம் பருப்பு - 3 கப்,
கடலைப் பருப்பு - 1 கப்,
பெருங்காயம் - 1 கட்டி,
மிளகாய் வற்றல் - 10,
தேங்காய் - ½ மூடி,
உப்பு - தேவையான அளவு,
அரிசி மாவு - ½ கரண்டி.

மோர்க் குழம்பு செய்ய :
தயிர் - 500 மில்லி,
கடலை பருப்பு - ½ கரண்டி,
துவரம் பருப்பு - ½ கரண்டி,
தனியா - ½ கரண்டி,
சீரகம் - 1 டீஸ்பூன்,
மஞ்சள் தூள் - 1 டீஸ்பூன்,
இஞ்சி - 1 துண்டு,
தேங்காய் - ½ மூடி,
பச்சை மிளகாய் - 10,
உப்பு - தேவையான அளவு.

மிளகு ரசம் செய்ய :
மிளகு சீரகம் - 2 டீஸ்பூன்,
தக்காளி - 2,
ரசப் பொடி - 2 ஸ்பூன்,
பெருங்காயம் - 1 துண்டு,
புளி - 1 உருண்டை,
உப்பு - தேவையான அளவு,
கொத்துமல்லி - 1 கட்டு,
கறிவேப்பிலை 1 கொத்து,
தாளிக்க நெய் - 2 ஸ்பூன்,
கடுகு - 1 ஸ்பூன்.



செய்முறை :

முதலில் உருண்டைக்கும் மோர்க் குழம்புக்கும் தனித்தனியாக பருப்பு களை அரைமணி நேரம் ஊறவிடவும். தேங்காய் மூடியைத் துருவிக் கொள் ளவும். புளியைத் தண்ணீர் விட்டு அலசி ஊறவைக்கவும்.

பிறகு மோர்க் குழம்பிற்குத் தயி ரைக் கடைந்து மஞ்சள் தூள் உப்பு சேர்த்து வைக்கவும். மிக்சி (அ) கல் ஓரலில் தனியா, சீரகம், இஞ்சி, தேங் காய்த் துருவல், கொத்துமல்லி பருப்பு வகைகளை சன்னமாக அரைத்துத் தயி ரில் கரைக்கவும். லேசான தீயில் இட்டு சூடாக்கவும். கொதிப்பதற்கு முன்பா கவே பொங்கி வரும் சமயம் இறக்கி வைத்து கறிவேப்பிலை சேர்த்து கடுகு தாளிக்கவும்.



பிறகு உருண்டை தயாரிக்க பருப் புகளைக் களைந்து கல் நீக்கி தேங் காய்த் துருவல், கொத்துமல்லி, பெருங்காயம், உப்பு, மிளகாய் சேர்த்து வடை மாவு பக்குவத்திற்குக் கெட்டியாக அரைத்து வைக்கவும்.

ஒரு பெரிய பாத்திரத்தில் தக்காளி, புளித் தண்ணீர், ரசப்பொடி, உப்பு, கொத்துமல்லி, பெருங்காயம், மிளகு, சீரகம் சேர்த்து கடுகு தாளித்து ரசம் கொதிக்க விடவும்.

இப்பொழுது அரைத்து வைத்த மாவில் சிறிது அரிசி மாவு தூவி (தேவைப்பட்டால்) லட்டு உருண்டை உருட்டுவது போல் உருட்டி, கொதிக் கும் ரசத்தில் இரண்டு (அ) மூன்று உருண்டைகளைப் போடவும். சுமார் மூன்று நிமிடங்களுக்குள்ளாக உருண் டைகள் நன்றாக வெந்தவுடன் ரசத் திற்கு மேல் மட்டத்திற்கு மிதந்து வரும். அவற்றைக் கரண்டியில் எடுத்து பேசின் (அ) தாம்பாளத்தில் சேகரிக் கவும்.

மீதி உள்ள மாவையும் இதே போல உருட்டி வேக வைக்கவும்.



★ சித்ரா முரளிதரன்

இவற்றில் தேவையானவற்றை மோர்க் குழம்பில் சேர்க்கவும். மீதி உருண்டைகளைத் தனியாகவோ மிளகுக் குழம்புடனோ சேர்த்து கடு சாதத்திற்குப் பரிமாறவும். தொட்டுக் கொள்ள அப்பளம், வடாம் போதுமானது.

குறிப்பு : கடைசியில் ரசம் மிளகுக் குழம்பாகி விடும்.

- ஜி. வசந்தரா, சிவகாசி.

இரண்டாம் பரிசு ரூ. 200/-

உருளைக் கிழங்கு உருண்டை

தேவையான பொருட்கள் :

கார வகை :

ஒரே அளவான உருண்டை வடிவமான சிறு சிறு உருளைக் கிழங்கு - 8,
பெரிய உருளைக் கிழங்கு - 2,
வெங்காயம் - 1,
பச்சை மிளகாய் - 2,
சாம்பார்ப் பொடி - 3 டீஸ்பூன்,
உப்பு - தேவைக்கேற்ப,
ப்ரெட் க்ரம்ஸ் (அ) ரஸ்க் தூள் - ½ கப்,
கடலை மாவு - ¼ கப்,
கொத்துமல்லி தழை - கொஞ்சம்,
பொரித்தெடுக்க எண்ணெய் - 250 கிராம்.

செய்முறை :

உருளைக் கிழங்கை தனியாக வேக விடவும். திட்டமாகக் குழையாமல் வேக வைத்து, தோல் உரித்து நடுவே குறுக்கு வாட்டில் நறுக்கி இரு பாகமாக எடுத்துக் கொள்ளவும். நடுவில் உள்ள பாகத்தை ஒரு ஸ்பூனினாலோ (அ) ஸ்கூப்பினாலோ ஜாக்கிரதையாக கரண்டி எடுக்க, உருளைக் கிழங்கு உள் பார்க்க குழி போல் இருக்கும். இரண்டு பாகமாக நறுக்கும் கிழங்கை அந்தந்த ஜோடியுடன் வைத்துக் கொள்ளுங்கள். ஜோடி சேர்க்க சிரமம் இருக்காது.

வேகவைத்த பெரிய உருளைக் கிழங்கு, ஸ்கூப் செய்து எடுத்த கிழங்கின் விழுது, சிறிதாக அரிந்த வெங்காயம், பச்சை மிளகாய், சாம்பார்ப் பொடி, உப்பு, கொத்துமல்லி தழை எல்லாவற்றையும் ஒன்றாக சேர்த்து நன்றாக மசித்து பிசையவும். கடலை மாவில் தண்ணீர், உப்பு, காரப் பொடி சேர்த்து பஜ்ஜி மாவு போல் கரைத்துக் கொள்ளவும். கரண்டி எடுத்த உருளைக் கிழங்கின் உள், மேற்கூறிய மசாலாவை நிரப்பி (ஜாக்கிரதையாக, உரியாமல் நிரப்பவும்) கடலை மாவினால் ஓரங்களை ஒட்டவும். பிரட் கிரம்ஸ்ஸில் ரோல் செய்து கடலை மாவில் தோய்த்து, சூடாக எண்ணெயில் பொரித்து எடுக்கவும். நன்றாக மொரு மொருப்பாக எடுத்து, சட்னி (அ) சாஸுடன் பரிமாறவும். குழந்தைகள் மாலை டிபனிற்கு விரும்பிச் சாப்பிடுவார்கள்.

குறிப்பு : கடலை மாவை ரொம்பவும் ஓடாமல் சற்று கட்டியாக கரைத்துக் கொள்ளவும். இல்லையேல் ஜோடி சேர்த்தால் ஒட்டிக் கொள்ளாது.

இனிப்பு வகை :

தேவையான பொருட்கள் :

கொப்பரைத் துருவல் - 1 கப்,
பாதாம், முந்திரி, திராட்சை வறுத்துப் பொடித்தது - 1 மேசைகரண்டி,
சர்க்கரை - ¼ கிலோ,
தேங்காய்த் துருவல் - 1 மேசைகரண்டி,
ஏதாவது ஒரு கலர் - ஒரு சிட்டிகை.

செய்முறை :

அதே போல் உருளைக் கிழங்கை வேக வைத்து, இரண்டு பாகமாக நறுக்கிக் கொள்ளவும். ஒரு அடி கனமான பாத்திரத்தில் கால் கப் தண்ணீர் விட்டு, 1/2 கப் சர்க்கரைச் சேர்த்து, கம்பிப் பாகு வரும் வரை கிளறவும். அதில் வறுத்த நட்ஸ்களைச் சேர்த்துக் கிளறி தட்டில் கொட்டவும். சூடாக இருக்கும்போதே கிழங்கின் உள் நிரப்பி, பக்கங்களிலும் பாகு தடவி, ஜோடிகளை சேர்த்து ஒட்டவும். பாக்கி உள்ள சர்க்கரையைப் பொடித்து, தேங்காய்த் துரு



மிஷினில் மிளகாய் அரைக்கும்பொழுது, மிளகாய் அரைத்தவுடன் 150 கிராம் துவரம்பருப்பையும் போட்டு அரையுங்கள். பருப்பைப் போட்டவுடன் 150 கிராம் மிளகாய்த் தூள் வந்து கொட்டுவதைக் காண்பீர்கள். பருப்புப் பொடியை, சாம்பாருக்குப் பருப்பு வேக வைக்கும் சமயம் பருப்பைக் கொஞ்சமாகப் போட்டுவிட்டு, குழம்பு கொதிக்கும் சமயம் சிறிது கரைத்து விட்டால் சாம்பார் கெட்டியாக நன்றாக இருக்கும். பருப்பு வேக வைக்காத நாட்களில் பருப்புப் பொடியைத் தண்ணீரில் கரைத்து ரசம் தயார் செய்யலாம். இந்த மாதிரி வைக்கும் ரசம் பொங்கி வழியும். கவனமாக வைக்கவும்.

- சந்திரா



என் தந்தையின் நண்பரது அலுவலகத்தில் ரிஸப்ஷனிஸ்ட் வேலை காலியாக இருப்பதை அறிந்து, அவ்வேலைக்கு விண்ணப்பித்தேன். நேர்முகத் தேர்வுக்கான அழைப்பும் வந்தது.

"இது மிகவும் பொறுப்பான வேலை. மேலும் உனக்கு ஆங்கிலத்தில் சரளமாகப் பேசத் தெரிந்திருக்க வேண்டுமே... வேறு ஏதாவது வேலை இருந்தால் சொல்லியனுப்புகிறேன்" என்று கூறி திருப்பி அனுப்பிவிட்டார்.

ஆங்கிலத்தில் சரளமாகப் பேசத் தெரியவில்லை என்ற ஒரே காரணத்திற்காக ஓர் அரிய வாய்ப்பு கை நழுவிப் போகிறதே என்று எனக்கு மிகவும் வேதனையாக இருந்தது.

ஒருநாள் வாரப் பத்திரிகை ஒன்றைப் புரட்டும் போது அதில் "யெஸ் ரூபா ஜெகன் ஸ்பீக்கிங்" என்ற தலைப்பில் திருமதி. ரூபா ஜெகன் அவர்கள் விவேகானந்தா கல்வி நிலையத்தில் தபால் மூலம் ஆங்கிலம் சரளமாகப் பேசப் பயிற்சி பெற்ற செய்தி வெளியாகியிருந்தது.

இப்பயிற்சியில் சேர்ந்தால் ஆங்கிலத்தில் சரளமாகப் பேச முடியும் என்ற நம்பிக்கை எனக்குள் துளிர் விட்டது.

என் தந்தையின் அனுமதி பெற்று நானும் இப்பயிற்சியில் சேர்ந்தேன்.

ஓர் ஆசிரியர் எதிரில் இருந்து பாடங்களைச் சொல்லிக் கொடுப்பதைப் போல, பயிற்சி மிகவும் எளிய முறையில் அமைந்திருந்ததால் மிகுந்த ஆர்வத்துடன் இப்பயிற்சியினை மேற்கொண்டேன்.

இப்பயிற்சியை முடித்த என்னால் இப்பொழுது ஆங்கிலத்தில் பயமின்றி சரளமாகப் பேச முடிகிறது.

ஆங்கிலத்தில் பேசத் தெரியாத காரணத்தினால் எந்த வேலை எனக்குத் தர மறுக்கப்பட்டதோ, அதே ரிஸப்ஷனிஸ்ட் வேலை எனக்கு வேறு ஒரு பிரபல நிறுவனத்தில் கிடைத்துள்ளது.

"THE INSTITUTE'S COACHING IS SIMPLY SUPERB."

நீங்களும் தபால் மூலம் இப்பயிற்சியினை மேற்கொள்ளலாம். நேர்முகப் பயிற்சியும் உண்டு. நீங்கள் தொடர்பு கொள்ள வேண்டிய முகவரி:

விவேகானந்தா கல்வி நிலையம்
9, நடேசன் தெரு, தி. நகர்,
சென்னை-600 017.

NAGA

வெளிநாட்டு மாணவர்களுக்கென விசேஷ வெளிநாட்டு சேவைப் பிரிவும் இயங்கி வருகிறது.

காய்ந்து போன கறிவேப்பிலை மீதம் இருந்தால் அதை மிக்ஸியில் தூளாக அரைத்து அதை ஒரு துணியில் சின்னதாகக் கட்டி, தேங்காய் எண்ணெயில் போட்டு வைத்தால் நன்றாக ஊறி, எண்ணெய் நல்ல வாசனையாக இருக்கும். தலை முடியும் நன்றாக வளரும். நரையையும் தடுக்கும்.

- எஸ். ஜெயலட்சுமி



வலில் கலர் சேர்த்து மற்றொரு தட்டில் வைத்துக் கொண்டு, உருளைக் கிழங்கை முதலில் சர்க்கரையில் புரட்டி எடுத்துத் தேங்காய்த் துருவலில் மற்றொரு முறை தோய்த்து எடுத்து ஒரு தட்டில் வைக்கவும்.

குழந்தைகள் ரொம்பவும் விரும்பி உண்பார்கள். பார்க்கவும் அழகாக இருக்கும்.

- எஸ். மகாலட்சுமி, பம்பாய் - 91.

மூன்றாம் பரிசு ரூ. 100/-

சிமிலி

தேவையான பொருட்கள் :

நாம் அடிக்கடி உபயோகிக்கும் கஞ்சி மாவு. இது இல்லாதவர்கள் கேழ்வரகு, பொட்டுக் கடலை, கோதுமை, கம்பு, சோளம், சோயாபீன்ஸ் தலா 1/4 கப், ஜவ்வரிசி மற்றும் பார்லி 1 மேசைக்கரண்டி சேர்த்து மிஷினில் நைஸாக அரைத்து வைத்துக் கொண்டால் இதுவே கஞ்சி மாவு. இது செய்ய இயலாதவர்கள் வெறும் ராகி மாவை மட்டுமே உபயோகப்படுத்தலாம்.

கஞ்சி மாவு - 2 கப்,
வெள்ளை எள் - 1/2 கப்,
முருங்கை இலை
(குச்சியில்லாமல்) - 1 பிடி,
நெய் - சிறிது,
தூள் செய்த வெல்லம் - 2 கப்,
தோல் நீக்கிய வேர்க்கடலை - 1/2 கப்,
ஏலக்காய் - 2.

செய்முறை :

முதலில் கஞ்சி மாவில் சிறிது உப்பு, முருங்கை இலை சேர்த்து நீர் விட்டு கெட்டியாகப் பிசைந்து, எலுமிச்சை அளவு உருண்டைகளாக்கி, அடை போல் தட்டி, தோசைக் கல்லில் போட்டு இருபுறமும் திருப்பி, நெய் (அ) எண்ணெய் விட்டு நன்கு வெந்த பின் எடுக்கவும். மிக்ஸியில் ஆறிய அடையைப் போட்டு தூள் செய்து கொள்ளவும்.

பிறகு சுத்தம் செய்த எள், வெல்லம், வேர்க்கடலை, ஏலக்காய் முதலியவற்றை மிக்ஸியில் போட்டு பவுடராக (நீர் சேர்க்காமல்) செய்து கொள்ளவும். வெல்லம் சேர்ந்தவுடன் கலவை இளகிக் கொள்ளும். இந்தக் கலவையைத் தூள் செய்த அடையுடன் நன்கு கலந்து, உருண்டைகளாக்கி (தேவையானால் நெய் தொட்டுக் கொண்டு) வைக்கவும். இதுவே சுவையான சிமிலியாகும்.

- சுதா ஆத்மராஜ், சென்னை - 32.

ஆறுதல் பரிசு ரூ. 50/-

பால் கொழுக்கட்டை

தேவையான பொருட்கள் :
கேழ்வரகு மாவு - 1 டம்ளர்,
தேங்காய் பூ போல் துருவியது
- 2 டேபிள் ஸ்பூன்,
பூவன் வாழைப்பழம் - 2.

உருண்டை தயாரிக்கும் விதம் :

ஒரு அடிகனமான பாத்திரத்தில் 1½ டம்ளர் தண்ணீர் விட்டு கொதி வந்தபின் அடுப்பை அணைத்து விட்டு, தேங்காய்த் துருவலை அதில் போட்டு, மாவை தூவி கைவிடாமல் கிளறவும். இது நன்கு கிளறியதும் சூட்டுடன் மூடிவைக்கவும். பத்து நிமிடம் கழித்து எடுத்து வாழைப் பழத்தை இந்த மாவில் போட்டுப் பிசைந்து கொள்ளவும். இவை எல்லாவற்றையும் சேர்த்துக் கைகளால் நன்கு பிசைந்து கையில் சிறிது நெய் தொட்டுக் கொண்டு இந்த மாவை சிறு சீடைகள் போல் உருட்டிப் போட்டுக் கொள்ளவும். (இதே முறையில் கோதுமை மாவையும் செய்யலாம்.)

பால் தயாரிக்கும் முறை :

ஒரு பெரிய தேங்காயைத் துருவி இதில் 2 டீஸ்பூன் அரிசி சேர்த்து அரைத்துக் கொள்ளவும். முதல் இரண்டு, மூன்று என்று மூன்று பால் பிழிந்து கொள்ளவும். ஒவ்வொரு முறை அரைக்கும் போதும் ஒரு

டம்ளர் தண்ணீர் விட்டு அரைத்துக் கொள்ளவும். முதல் பாலை மட்டும் எடுத்துத் தனியாக வைத்துக் கொள்ளவும். 1½ ஆழாக்கு வெல்லத்தை அழுக்கு நீக்கி பாகு தயாரித்துக் கொள்ளவும். வடிகட்டிய இரண்டாம், மூன்றாம் பாலை அடுப்பில் கனமான பாத்திரத்தில் வைத்து கொதிக்க விடவும். கொதிக்க ஆரம்பித்த தேங்காய்ப் பாலில் ராகி கொழுக்கட்டையைப்போட்டு அடுப்பை லேசாக எரிய விடவும். சிறிது நேரத்தில் ராகி கொழுக்கட்டைகள் வெந்து மேலே மிதக்க ஆரம்பிக்கும் போது வெல்லப்பாகை அதில் கொட்டி விடவும். பின் முதல் பாலை விட்டு எல்லாமாக நுரைத்து வரும் போது அடுப்பை அணைத்து ஏலப் பொடி ½ டீஸ்பூன் தூவ வும். இதே முறையில் வாழைப் பழத்திற்குப் பதில் ஆப்பிள் தோல் சீவிப் போட்டும் இந்தப் பால் கொழுக்கட்டை தயாரிக்கலாம். இது ஒரு சிக்கனமான நல்ல உணவு.

- சித்ரா முரளீதரன், சென்னை - 28.

ஆறுதல் பரிசு ரூ. 50/-

ஸ்வீட் சேரியட்

சிறு குறிப்பு : அனைவரது வீடுகளிலும் பண்டிகை, கல்யாணம் என்று வரும் போது பலதரமான 'ஸ்வீட்' வகைகளும் தேங்கி விடுவது வழக்கமான ஒன்றாகும். இதை அற்புதமான புதிய ஸ்வீட்டாக மாற்றி ஹனிமூன் போகும் தம்பதியர் கையில் கொடுக்கலாம்.

தேவையானவை :

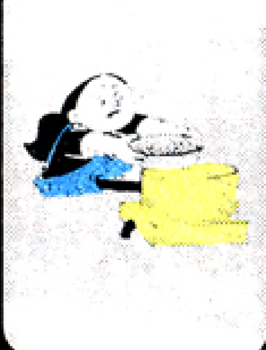
லட்டு 2, ஜாங்கிரி 2, பர்பி 2, மைசூர் பாகு 2, போளி 2, மைதா கேக் 2, என்று எடுத்து எல்லாவற்றையும் உதிர்த்து சுமார் ½ நாள் பரவலாகத் தட்டில் (வலையால் மூடுவது நல்லது) கொஞ்சம் ஈரப்பசை உலரும்படி எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். பிறகு மிக்ஸியில் பூப் போல் சுற்றி எடுத்து வைக்கவும். இந்த அளவுக்கு சுமார் 1 கப் பொடி கிடைக்கும். இத்துடன் சேகரிக்க வேண்டிய சாமான்கள் : 12 முந்திரி பருப்பு, 24 திராக்ஷை, 12 கிராம்பு, ½ டீஸ்பூன் ஏலப் பொடி, 1 சிறு துண்டு ஜாதிக்காய், 1 சிட்டிகை பச்சைக் கற்பூரம், 2 டேபிள் ஸ்பூன் கெட்டிப் பால், 2 டேபிள் ஸ்பூன் சர்க்கரை, 2 டேபிள் ஸ்பூன் நெய் உருக்கியது, சிட்டிகை கேசரிப் பவுடர்.

செய்முறை :

துளி நெய்யில் முதலில் திராக்ஷை, பின்னர் கிராம்பு இரண்டையும் வறுத்து எடுத்த பின்பு, 12 முந்திரிப் பருப்பையும் (அரைப் பருப்பு) பொன்னிறமாக வறுத்துக் கொண்டு ஒரு தட்டில் தனியே எடுத்து வைத்து விட்டு அதே உருளியில் சர்க்கரை, பால், 1 டேபிள் ஸ்பூன் நீர் சேர்த்து வைத்து சர்க்கரை கம்பிப் பதம் வந்ததும், மிக்ஸியில் திரித்த கலவையைப் போட்டுக் கை விடாமல் இளக்கிக் கொடுக்கவும். அடுப்பு தீழலாக எரிந்தால் போதும். நல்ல கம்பிப் பதம் வருகையில் கலவையைப் போட்ட பின்பு பாக்கியுள்ள நெய்யையும், கேசரிப் பவுடருடன் கரைத்து விட்டுக் கொண்டே மேலாக வறுத்துப் பொடித்த ஜாதிக்காய்ப் பவுடர், ஏலப்பொடி, சிட்டிகை பச்சைக் கற்பூரம் பொடித்துக் கொண்டு எல்லாமாக ஒருதரம் நன்கு கலந்ததும் சூட்டோடு லாடுகளாகப் பிடித்துக் கொண்டு விடவும். ஒரு லாடு பிடித்ததும் அதில் இரு கண்கள் போல் அழகாக திராக்ஷை, மூக்குக்குக் கிராம்பு, கீழே வாய்க்கு முந்திரிப் பருப்பு பதித்து விடவும். சரியாக ஒட்டிக் கொண்டு விடுவதோடு பார்க்க மிகவும் அழகாகவும் இருக்கும். இந்த அளவுக்குச் சுமார் 12 லாடுகள் கிடைக்கும்.

தனித்தனியே பட்டர் பேப்பரில் சுற்றி ஃபிரிஜ்ஜில் வைத்தால் பல நாள் உபயோகிக்கலாம். ஏற்கெனவே சர்க்கரை அதிலேயே இருப்பதால்தான் இந்த அளவுக்கு 2 ஸ்பூன் மட்டும் சர்க்கரை சேர்க்கும்படி குறிப்பிட்டுள்ளேன்.

- லக்ஷ்மிப்ரியா, பெங்களூர்.



வறுகடலை

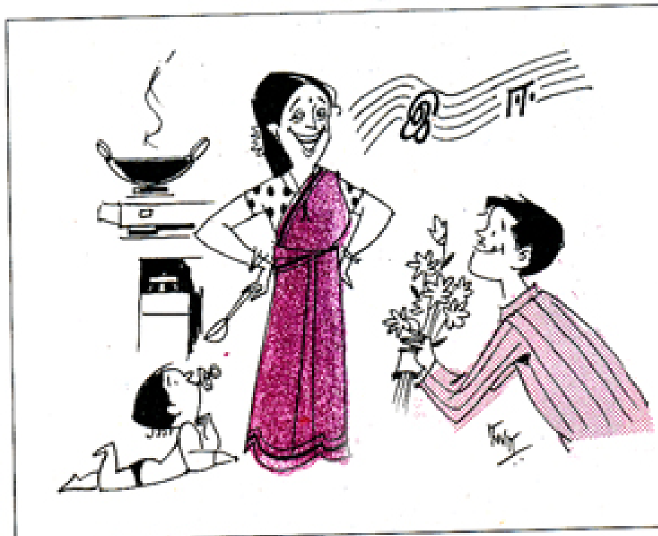
கடலையை வறுப்பது என்பது ஒரு கலைதான். அதிகமானால் கருகிவிடும். முன்னாலேயே நிறுத்திவிட்டால் நமத்துப் போய்விடும். இப்படிச் செய்யுங்களேன்? நிலக்கடலை காய்ந்தது 200 கிராம் எடுத்துக் கொண்டு அதில் தேவைக்கேற்ப உப்பு, 2 டீஸ்பூன் கடலை மாவு, சிறிது தூள் பெருங்காயம், தேவைக்கு ஏற்ப மிளகாய்ப் பொடி போட்டு ஒரு கை தண்ணீர் தெளித்து எல்லாவற்றையும் சேர்த்து பிசிறினாற் போல வைத்து விடுங்கள். இது அரைமணி நேரம் ஊற வேண்டும். பிறகு வாணலியில் 3 கரண்டி முட்டை அளவு எண்ணெய் விட்டு இந்தக் கடலையைப் போட்டு வறுத்து எடுங்கள். உப்பும் காரமும் ஒட்டிக் கொண்டு கடலை நன்றாக இருக்கும். - நளாயினி


வழக்காடு
மன்றத்தில் வளர்ந்து வரும்
வாக்கு மூலங்கள்.
பணம் கூடக் கொடுத்தால் வெள்ளை பவுடரினால் பளபளப்பு கூடிவிடும் என்ற பாரம்பரிய நினைப்பை, தனது தரமான செயலால் முறியடித்தது சபீனா! கொடுக்கும் காசுக்கு அதிக பளபளப்பை அளித்து, இல்லத்தரசிகளின் மாதாந்திர செலவில் சிக்கனம் பிடிக்கச் செய்தது சபீனா! விண்ணைத்தொடும் விலைவாசிகளின் நடுவே, தரத்திற்கும், விலைக்கும் ஓர் எடுத்துக் காட்டாக விளங்குகிறது சபீனா! பெருகி வரும் சபீனா உபயோகிப்பாளர்களே இதற்கு சாட்சி.
QUALITY & ECONOMY
30 YEARS
Sabena
ஓர் பளபளக்கும் உதாரணம்
கொடுப்பதெல்லாம் பளபளப்பு, பளபளப்பைத் தவிர
வேறு ஏதுமில்லை.

சும்மா இருக்கும் போது

காத்யாயினி மாதர் சங்கத்தில்
ரமா, உமா சகோதரிகள்
சொல்லிக் கொடுத்த
பயிற்சிகளுக்குப் பிறகு
அங்கத்தினர்களின் வீட்டில்
புதுமையான
காட்சிகளெல்லாம்
தென்படத் தொடங்கின.

வழக்கம் போல ஏழு மணிக்கு எழுந்த சுந்தர் சமையலறையிலிருந்து ஏதோ விசித்திரமான சத்தங்கள் கேட்கவே



வேகமாக அந்தத் திசையை நோக்கிச் சென்றான். தனக்குத் தெரியாமல் தன் மனைவி கராத்தே கற்றுக் கொள்கிறாளா? அல்லது ஏதாவது திருடன் அவளைக் கட்டிப் போட்டு விட்டுப் போய் விட அவள் குரல் கொடுக்கிறாளா?

சமையலறைக்குள் நுழைந்ததும் சுந்தருக்குச் சிரிப்பு வந்தது. வசந்தா 'அ…ஆ… இ…ஈ..' என்று தமிழ் உயிரெழுத்துக்களையெல்லாம் தெளிவான குரலில் உச்சரித்தவாறே சமையல் செய்து கொண்டிருந்தாள். கீழே சமர்த்தாக உட்கார்ந்து அவளையே பார்த்துக் கொண்டிருந்தான் ஒன்றரை வயது ஈஸ்வர்.

''ஈ'' என்று சொல்லிக் கொண்டிருந்த வசந்தா சிரித்தபடியே வந்த தன் கணவனைப் பார்த்து முதலில் கொஞ்சம் வெட்கமும், பிறகு கொஞ்சம் கோபமும் கொண்டாள்.

''நான் ஒண்ணும் உங்களைப் பார்த்து, 'ஈ'ன்னு பல்லைக் காண்பித்ததாக நினைக்க வேண்டாம்.''

''தெரியுமே. அதிருக்கட்டும். உனக்கு ஆனாலும் அவசரம். இப்பத்தான் ஈஸ்வருக்கு ஒண்ணரை வயசாகுது. அதுக்குள்ளே அவனுக்கு தமிழ்ப் பாடமெல்லாம் கத்துத்





தரணுமா?''

இப்போது இடிஇடியென்று சிரிப்பது வசந்தாவின் முறையாயிற்று. தன் முகத்தை மிடுக்குடன் வைத்துக் கொண்டு ''இப்போ என் முகம் எப்படி இருக்கு?'' என்றாள்.

''முன்னைக்கு இப்போ கவர்ச்சியாகவே இருக்கு. உன் முக அழகின் ரகசியம் என்னவோ?'' என்றதும், மாதர் சங்கக் கூட்டத்தில் ரமா கூறிய விளக்கத்தை வசந்தா கணவனிடம் கூறினாள் :

'' 'அ'விலிருந்து 'ஔ' வரை உள்ள ஒவ்வொரு உயிரெழுத்தையும் சொல்லுங்க. சமையலறையிலே காரியம் செய்துக்கிட்டே கூட இதைச் சொல்லலாம். ஆனா ஒண்ணு, சும்மா வேகமாக சொல்லிடக் கூடாது. அனுபவிச்சு அழுத்தமாகச் சொல்லணும். அதாவது 'ஆ'ன்னு சொல்லும் போது வாயை நல்லாத் திறக்கணும். 'ஓ'ன்னு சொல்லும் போது உதடுகள் நல்லாக் குவிஞ்சிருக்க, மீதி முகத் தசையால் உதடுகளை பிரிக்க முயற்சிப்பது போல் 'ஓ'ன்னு சொல்லணும். இது ஒரு மிகச் சிறந்த முகப் பயிற்சி. முகத் தசைகளை சுருக்கம் விழாமல் இது பாதுகாக்கும். முடிந்த போதெல்லாம் செய்யலாம். நிறைய பேர் புழங்குற வீடாக இருந்தால் வெளியே சத்தம் வராமல் கூட வால்யூம் குறைவாக, அதே சமயம் முகத் தசைகளை மட்டும் அதே அளவுக்குப் பயிற்சி கொடுக்கும் வகையில் மாத்திக்கலாம்.''

சபிதாவுக்கு ஆச்சரியமாக இருந்தது. மனதில் தோன்றிய சந்தேகத்தை வாய் விட்டுக் கேட்டு விட்டாள்.

''ஏண்டீ லலிதா. முதன் முதலா உன்னைப் பெண் பார்க்க வரப் போறாங்க. எந்தவித டென்ஷனும் இல்லாமல் இருக்கியே. உன்னாலே எப்படி இவ்வளவு அழுத்தமாக இருக்க முடியுது?''

''கொஞ்ச நேரம் முன்னாலேயே வேண்டிய பெருமூச்சுக்கள் விட்டாச்சு. அதனாலேதான் இப்ப டென்ஷனில்லாமல் இருக்கேன்'' என்ற லலிதா தனது தோழியின் முகத்தில் விரிந்த சிரிப்பைப் பார்த்ததும் பதறினாள். ''சீ. நீ வேறே எதையாவது கற்பனை பண்ணிக்காதே. இது மனப் பயிற்சிக்கான பெருமூச்சு. போன வாரம் எங்கம் மாவோட மாதர் சங்க விழாவுக்குப் போயிருந்தேன். அங்கே ரெண்டு பேர் வந்து இந்த யோசனையை சொன்னாங்க.

''மனதில் படபடப்பு ஏற்படும் எந்தச் சந்தர்ப்பமானாலும் இந்தச் சின்னப் பயிற்சியைச் செய்யலாம். இதற்கு அற்புதமான பலன் உண்டு. ஏதாவது பேச்சுப் போட்டியில் கலந்து கொள்வதற்கு முன்னாலோ, நேர்முகத் தேர்வுக்குச் செல்லும் போதோ - இப்படி டென்ஷன் தோன்றும்

எந்த நேரத்திலும் இந்தப் பயிற்சியைச் செய்யலாம். மூச்சை நன்றாக உள்ளிழுத்து வெளியே விடணும். இதைத் தொடர்ந்து சில முறைகள் செய்யலாம். மூச்சை முடிந்த அளவு அதிக நேரத்துக்கு இழுத்து விட்டுப் பிறகு அந்தக் காற்றை வெளியேற்ற வேண்டும். அப்படி மூச்சை வெளியேற்றும் போது நம் டென்ஷனும் வெளியே போய் விட்டதாக நினைத்துக் கொள்ள வேண்டும். இதைச் செய்தால் நிஜமாகவே டென்ஷன் போய் விடும்.''

லலிதா இதைச் சொல்லி முடித்ததும் சபீதாவுக்கு ஒரே ஆச்சரியம். ''ரொம்ப சிம்பிளாக இருக்குதே. எங்கம்மாவும் அடிக்கடி டென்ஷனாறாங்க. அவங்களுக்கு இந்தச் சின்ன யோசனையை மறக்காமல் சொல்லிடப் போறேன்.''

''தாராளமாகச் சொல்லு. இதே பயிற்சியை இன்னும் சில மாற்றங்களோடு செய்தால் இன்னும் அதிகப் பலனிருக்கும். இதையும் அந்த ரமா, உமா சகோதரிங்க தான் சொன்னாங்க'' என்று அதையும் விளக்க ஆரம்பித்தாள்.

''நாற்காலி ஒன்றில் உட்கார்ந்து கொள்ளுங்கள். மூச்சை உள்ளிழுங்கள். மூச்சைக் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக வெளியே விடும் போதே முன்புறமாகச் சாயுங்கள். மிக மெதுவாக முன்புறம் வளைய வேண்டும். முடிந்தவரை வளையுங்கள். பிறகு மெதுவாக மூச்சை உள்ளே இழுத்துக் கொண்டே உடலை நிமிர்த்த வேண்டும். அப்படி பழைய சாதாரண நிலைக்குக் கடைசியாக வருவது உங்கள் கழுத்து மற்றும் தலையாக இருக்கட்டும். இதனால் ரத்த ஓட்டம் சீராகிறது. டென்ஷன் நீங்குகிறது. முதுகுத் தண்டின் இறுக்கம் தளர்கிறது.''

லலிதாவின் அம்மா உள்ளே நுழைந்தாள். ''என்னடி பெண்களா, மாப்பிள்ளை வீட்டுக்காரங்க இன்னும் வரக் காணோமே. அவங்க வர டாக்ஸி ஏதாவது ட்ராபிக் ஜாமிலே மாட்டிக்கிச்சோ?''

''வரட்டுமே அம்மா, ஏன் கவலைப் படறே? அந்த மாப்பிள்ளை உங்க மாதர் சங்க விழாவிலே சொல்லிக் கொடுத்த பயிற்சியைக் கடைப்பிடிச்சாங்கன்னா அத்தனை ட்ராபிக் ஜாமிலேயும் எரிச்சல்படாம இருப்பாங்க.''

''அப்படி என்ன சொன்னாங்க?'' என்று ஆவலுடன் கேட்டாள் சபீதா.

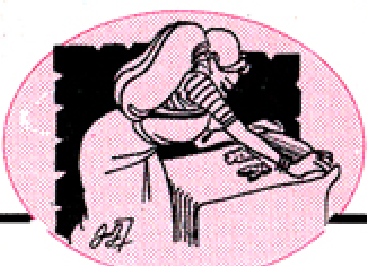
''சுற்றுப்புறத்தை வைத்துக் கொண்டே பசுமையான ஒரு காட்சியை மனதில் கொண்டு வர வேண்டும். அதாவது எல்.ஐ.சி. கட்டிடத்தின் மேல் மாடியில் நின்று கொண்டே இந்த ட்ராபிக்கை கவனிக்கிற மாதிரி. அல்லது சிக்னலுக்குப் பதிலாக அந்த இடத்திலே வண்ண வண்ண நீரூற்றுக்கள் இருக்கிற மாதிரி. அல்லது...''

''புகைப்படத்திலே பார்த்த நீ நிஜமாகவே பக்கத்திலே வந்துட்ட மாதிரி'' என்று சபீதா கிண்டலடிக்க, வாசலில் டாக்ஸி சத்தம் கேட்டது.

– ஜி. எஸ். எஸ்.

ஏலம்,
குங்குமப்பூ,
பச்சைக் கற்பூரம்,
சுக்கு இந்த நான்கையும்
பொடி செய்து பாயசம்,
இனிப்பு பதார்த்தங்கள்
செய்யும் போது
கடைசியில் தூவிக்
கிளறி எடுக்கலாம்.

– ஜெசிந்தா



எந்தக் கறிமிகுந்து விட்டாலும் கவலை வேண்டாம். அவற்றுடன் ஒரு சுண்டைக்காய் அளவு புளியும், ஒரு டேபிள் ஸ்பூன் வறுத்த கடலைப் பருப்பையும் சேர்த்து மிக்ஸியிலிட்டு ஒரு ஓட்டு ஓட்டுங்கள். அருமையான வெஜிடபிள் சட்னி ரெடி. இந்தச் சட்னியை 'சைட் டிஷ்' ஆகச் சாதத்திற்கு இட்லி, தோசைக்குத் தொட்டுக் கொண்டால் 'பலே, பலே' சொல்லுவீர்கள்.

– காந்தாமணி



என் கணவர்

என் கணவர் ரொம்ப நல்லவர். ரொம்பப் புரிந்து கொள்ளும் தன்மை உடையவர். அதாவது என்னை நன்றாய்ப் புரிந்து கொண்டு எனக்கு வேண்டாதவற்றை மட்டுமே செய்வார். எல்லாவற்றிலும் என்னைக் கலந்து ஆலோசிப்பார். எங்கிருந்தாலும் ஃபோன் மூலமாவது கன்ஸல்ட் செய்துதான் முடிவு செய்வார், நான் சொன்னதற்கு நேர் விரோதமாக. அவருடைய தாரக மந்திரம் (குரு முகமாக உபதேசம் பெற்றிருக்க வேண்டும்) Wife is always wrong. ஊரையெல்லாம் ஜெயித்து விட்ட நான் நான் ஜெயிக்காமல் போனது (பதி பத்னி ஔர் வோ - சஞ்சீவ் குமார் போல கோட் பட்டன் கூட நான் சொன்ன படி கேட்காது) அந்த ஐந்தடி ஏழங்குலத்தையும் அதற்குள் இருக்கும் மனசையும். எங்களுக்குள் பயங்கர சண்டை வரும். அடிமட்ட பாஷைக்குத் தாவி (என்னுடையது இசைத் தமிழ் அவருடையது வசைத் தமிழ்) பெரிய பெரிய வார்த்தையெல்லாம் சொல்லி பூகம்பங்கள் கிளம்பும். காரணங்கள் பத்தாயிரமோ, சொத்தோ, வைரமோ தங்கமோ கிடையாது.

''என் பேனாவை எப்படி எடுப்பாய்?''

''ஒரு டிஸிப்ளின் வேண்டாம் படித்த முண்டத்துக்கு?''

''உனக்கென்று உருப்படியாய் ஒரு பேனா வைத்துக் கொள்ள யோக்கியதை இல்லை.''

''குழந்தை ஏன் சேனைக் கிழங்கு சாப்பிடவில்லை? காய்கறி சாப்பிட நீ தான் சொல்லித் தரலை!''

''எப்படி நான்தான் டீ இன் ஒன்னைக் கெடுத்தேன் என்பாய்?''

இந்தக் குற்றச்சாட்டுகளாவது பரவாயில்லை.

''ராத்திரி பத்து மணிக்கு வந்த ஜுரத்துக்கு சாயங்காலம் ஏன் டாக்டரிடம் போகவில்லை?''

''மத்யானம் மழை வரும் என்று காலையில் தெரிய வேண்டாம்?''

இந்த மாதிரி தாக்குதல்களை எப்படிச் சமாளிப்பது? எப்போது கோபம் வந்தாலும் தவறாமல் ஒரு லிஸ்ட்டை வரிசை தவறாமல் படித்து ஒவ்வொன்றுக்குமாக அர்ச்சனை செய்வார். இருபது வருடத்து முன் நான் ரயிலில் விட்ட எவர்சில்வர் டம்ளரில் லிஸ்ட் ஆரம்பிக்கும் 74 - ல் சீட்டுச் சேர்ந்து கோட்டைவிட்ட (அந்த அட்டெண்டர் என்னுடைய பணத்தை மட்டும்தான் எடுத்துக் கொண்டு ஓடிப் போனான்) தொண்ணூறு ரூபாய், 83 - ல் பிக்பாக்கெட் கொடுத்த எண்ணூறு ரூபாய் ரொக்கம். குடியிருந்த வீட்டின் சொந்தக்காரருக்கு நான் இனாமாகக் கொடுத்த இளநீர்க் காம்பு கொய்யும் கத்தி.... இப்படி எல்லாவற்றையும் ஞாபகம் வைத்துக் கொண்டு ஒரு மணி நேரம் திட்டுவார்.

ஒவ்வொரு முறை ஒவ்வொரு மாதிரி சமாளிப்பேன். ஒரு முறை திருப்பித் திட்டி (ஆமாம் நீங்க ரொம்ப லட்சணம்) ஒரு முறை சிரித்து மழுப்பி, ஒரு முறை திசை திருப்பி, ஒரு முறை கெஞ்சி (ப்ளீஸ், ப்ளீஸ், அத்திம்பேர் வந்திருக்கார். இப்ப



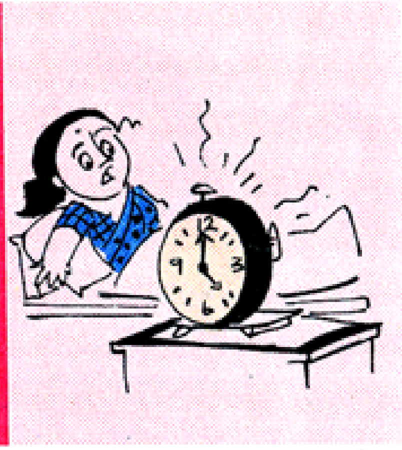
'ஜெமினி'

நம்ம 'டிரெயினேஜை'த் திறக்காதீங்க. அவரத் தொரத்தறோம்னு நினைச்சுப்பார்) ஏதாவது சமாளிப்பேன். மூக்கை மட்டும் சிந்தியது கிடையவே கிடையாது. இவ்வளவுக்கும் என் வீட்டுக்குப் பெரிய லீவுக்கு வந்த என் நாத்தனார் பெண் (எட்டு வயது) ஊருக்குப் போய் ரசித்துச் சொன்னது. ''மாமாவும் மாமியும் சண்டை போட்டா.''

ஆனால் அவரிடம் ஒருத்தரும் கோபிக்க மாட்டார்கள். குறை சொல்ல மாட்டார்கள். அது என்னதான் மந்திரம் போடுவாரோ? என் பெரியப்பா சித்தப்பா கூட 'பெங்களூர்' மாப்பிள்ளை போல உண்டா?' என்பார்கள் கொஞ்சம் ஏமாந்தால் என்னைத்தான் 'ஒரு மாதிரி' என்பார்கள். அவ்வளவு பவ்யம் காட்டுவார் எல்லோரிடமும். நான் 'திட்டுவார் கோபிப்பார்' என்று சொன்னால் 'ஏன் இப்படிப் புளுகறே?' என்கிறது போலப் பார்ப்பார்கள்.

வீட்டில் அலாரம் டைம்பீஸ் கடிகாரம் வைக்கும்போது, அலாரம் அடிப்பது நமக்குச் சரியாகக் கேட்கவில்லையென்றால் அலாரம் டைம்பீஸை ஒரு அலுமினியத் தட்டின்மேல் வைத்தால் அலாரம் அடிக்கும் போது மிகவும் சப்தமாக ஒலிக்கும். நாம் உடனே எழுந்து விடலாம்.

- சி. ஆர்த்தி



ஹாஸ்யத்துக்கு ஒன்றும் குறைவில்லை.

ஒரு முறை ஏதோ பேச்சில் நண்பர்கள் முன் ''என்ன லைஃப், மெக்கானிக்கல் தான் எனக்கு, இவருக்கு எப்பவும் ரயில்வே உத்யோகம் பெரிசு'' என்றதற்கு உடனடியாக ''ஆமாமாம்' எனக்கு எலக்ட்ரிகலா ஓடுது. இவளுக்குத்தான் மெக்கானிக்கல்' 'என்று நக்கல் செய்தார்.

காலனியில் ஒரு தம்பதி இருந்தனர். நான் அண்ணா மன்னி என்று அழைப்பேன். அண்ணா நல்ல ரசிகர். ஒரு முறை இருவரும் அழகாய்ப் புகைப்படம் எடுத்துக் கொண்டனர். அதை ஃப்ரேம், செய்து அண்ணா அடிப் பகுதியில்,

'சம்சாரம் என்பவள் ஆதாரம்
பின் எல்லாம் சேதாரம்'

என்கிறது போல ஒரு வாசகம் எழுதியிருந்தார்.

நான் காலையிலேயே பார்த்து ரசித்தேன். மாலை என் கணவர் போய் வந்தார் அவர்கள் வீட்டுக்கு.

வந்ததும் ஆவலாக அவரைக் கேட்டேன், ''ஃபோட்டோ காட்டினாரா சாந்தி மன்னி?'' என்று.

நான் வாசகத்தைத் தான் கேட்கிறேன் என்று புரிந்து விட்டது அவருக்கு. மனைவிக்கெல்லாம் இப்படி அந்தஸ்து கொடுப்பது ரொம்ப 'வில்லி'யான ஐடியாவாக அவருக்குப் பட்டிருக்க வேண்டும்.

''அதானே, உங்கண்ணன் எழுதியிருந்தானே. 'சாந்தியே சாந்தி மிச்சதெல்லாம் பூந்தி'யென்று. பிரம்... மாதம் போ, நீதான் மெச்சிக்கணும்'' என்றார்.

எளிமையாய் அதே சமயம் எகத்தாளமாய் 'ரைம்' தவறாமல் அவர் சொன்ன 'சாந்தியே சாந்தி' கவிதைக்கு நான் இது வரை எழுதிய ஆயிரமாயிரம் கவிதைகளும் உறை போடக் காணாது.

என் தோழிகளெல்லாம் என்னைப் போலவே.

'பதிபக்தி' கொஞ்சம் போல ஜாஸ்தி.

புருஷன் ஊரில் இல்லாத சமயம் எப்படியெல்லாம் கொண்டாடுவோம் என்பது பற்றிப் பேச்சு வந்தது. ஒருத்தி சொன்னாள் 'பாயசம் செய்வேன்' என்று (தப்பாய் நினைக்க வேண்டாம். அவருக்கு ஸ்வீட் பிடிக்காதாம்) இன்னொருத்தி மோர்க் குழம்பு செய்வாளாம்.

நான் சொன்னேன் நிம்மதியாய்த் தூங்குவேன் என்று. நான் தூங்குவதைக் கண்ணால் பார்க்க மாட்டார் என் புருஷன். ஏதாவது சொல்லி எழுப்புவார்.

''கொஞ்சம் ஹார்லிக்ஸ் தர்றியா?''

''வாசல்லே தான் போட்டியா?''

''நேரமாச்சு பார், சீக்கிரம் ஆபீஸ் போகணும்னியே?''

என் தோழி எவளும் லேசுப்பட்டவ இல்லை. ஹைதராபாத்திலிருந்து எங்கள் எல்லாருக்கும் சின்ன கருங்கல் உரல் உலக்கை செட் கொண்டு வந்தாள் (விசேஷம் - 'மோஹன்தான் எல்லாம் தூக்கி வந்தார்') ஒரு உத்தமி.

அது மட்டுமில்லை. நான் ரூபாய் கொடுத்துக் கடையில் வெங்கல விளக்கைப் பாலிஷ் பண்ணி வாங்கினது தெரிந்து ஒருத்தி திருவாய் மலர்ந்தது - ''எனக்குச் சொல்லக் கூடாது? 'அவரை' 'ப்ராஸோ' போட்டுத்தரச் சொல்லியிருப்பேனே! அவர் எக்ஸ்பர்ட்!''

ஒரு முறை என்னவரிடம் சொன்னேன். ''உபயோகமற்ற கணவன்மாரின் மனைவிமார் சங்கம்' வைத்திருக்கிறோம். நான் தான் தலைவி. நாங்கள் குழந்தைகளை அழைத்துக் கொண்டு 'மேக்கே தாட்டு' (ஆடு தாண்டல் என்று பொருள்.) காவரியின் குறுக்கே சிறு பள்ளத்தாக்கு போகிறோம், வர்ற சனிக்கிழமை'' என்றேன்.



எவிட்டா
வைட்டமின் E கொண்டது
சரும வைட்டமின்
• ஈரப்பசை நல்குகிறது • ஊட்டமளிக்கிறது • மென்மை வழங்குகிறது
நீங்கள் பிறந்தது பரிபூரண மேனியுடன்தான். ஆனால் உங்கள் வாழ்க்கையில் எதிர் கொள்ளும் சுற்றுச் சூழ் நிலை பாதிப்பு, சூரிய வெளிச்சம் ஆகியவற்றால் உரிய காலத்திற்கு முன்பாகவே உங்கள் சருமம் வயது முதிர்ச்சி அடையத் துவங்குகிறது.
வைட்டமின் E அடங்கிய புதிய எவிட்டா சோப்பை நித்தம் உபயோகிப்பீர். அது அவ்வாறு சருமம் வயது முதிர்ச்சி அடைவதைத் தவிர்க்கிறது. வைட்டமின் E உங்கள் சருமத்திற்கு ஈரப்பசையை நல்கியும், ஊட்டமளித்தும், மென்மையை வழங்கியும் சுற்றுச் சூழ்நிலையினால் ஏற்படும் பாதிப்புகளை எதிர்த்திடும் சக்தியை வளர்க்கிறது.
எவிட்டா எழில் கொஞ்சும் உலகிற்கு உங்களை அறிமுகம் செய்கிறது. உங்கள் மேனியை இளமையுடனும், பொலிவுடனும், பட்டுபோன்ற மென்மையுடனும் மிளிரச் செய்கிறது.
Evita
Godrej
Evita
SOAP WITH VITAMIN-E
FOR SKIN NOURISHMENT



கீரை மசியலைத் தயிரில் கலந்து தயிர்ப் பச்சடி செய்யலாம் எனச் சென்ற இதழில் ஒரு சகோதரி எழுதியிருந்தார். அதுபோல் பசலைக் கீரையை ஆவியில் வேக வைத்து எடுத்துத் தயிரில் கலக்கி, கடுகு, உ. பருப்பு, வெங்காயம், பச்சை மிளகாய், இஞ்சி ஆகியவற்றை வதக்கிப் போட்டுத் தயிர்ப் பச்சடி செய்யலாம். மிகவும் நன்றாக இருக்கும். இந்தப் பச்சடியைச் சாதத்தில் போட்டும் பிசைந்து சாப்பிடலாம்.

– ஆர். பாலசரஸ்வதி

துளிக் கூட அலட்டிக் கொள்ளாமல் ''வெறும் லேடீஸ் குழந்தைகளா?'' என்றார்.

மதர்ப்போடு ''ஆமாம்'' என்றேன்.

''பாகு ஹஸ்பெண்ட் போல யாராவது நாலு பேரையாவது அழைத்துப் போங்கள்'' என்றார்.

''யாரும் துணை வேண்டாம்'' என்றேன்.

''சேச்சே! துணை எல்லாம் எதற்கு உங்களுக்கு? ஏதோ குழந்தை குட்டிகளைத் தூக்கிக் கொள்ள, மூட்டை தூக்க இதுக்கெல்லாம் உபயோகமாயிருக்கும்'' என்றார்.

துப்புத் துலக்கும் வேலையில் அசகாய சூரர் என் கணவர். குழந்தை முக்கால் தின்று விட்டு மிச்சம் வைத்த ரோஸ் கலர் 'அக்னாலெட்ஜ்மெண்ட்' (பேப்பர்) அன்றைய போஸ்டில் வந்தது என்பதை எப்படித்தான் கண்டு பிடிப்பாரோ?

''மத்யானம் வீட்டுக்கு யார் வந்தது?''

தன் டிபன் பாக்ஸ் சாதத்தை என்னோடு என் வீட்டுக்கு வந்து சாப்பிட்ட பாரதி என்ன தடயம் விட்டுப் போயிருப்பாள்?

தண்ணீர்க் குழாயைத் திறந்து பார்த்திருக்கிறாள். நான் காலையில் மூடி வைத்த குழாய் மத்யானம் 2 மணிக்கு டியூட்டி முடிந்து வந்து பார்த்தால் திறந்திருக்கிறது.

அந்த நேரத்தில் 'நீர் வராது' என்று அறிந்த நான் ஆபீஸிலிருந்து லஞ்சுக்கு வந்த நேரம் திறந்திருக்க முடியாது. என்னுடன் யாரோ புதியவர் வந்திருக்க வேண்டும் என்று யூகித்தாராம்.

''கைப்பிடித் துணியைப் பற்ற விட்டிருக்கிறாய், ஆனாலும் ரொம்ப ராயசம் உனக்கு.''

(நான் ஜாக்கிரதையாக ஒரு துண்டு விடாமல் பொறுக்கிக் கையோடு மூன்றாம் வீட்டுக் குப்பைத் தொட்டியில் போட்டு வந்த கருகிய துணியின் ஓரத்தை வரும் போதே அடையாளம் கண்டு பிடித்துக் கேட்டார்).

இந்த மாதிரி கறுகறுப்பும் (ஒரு நாளைப்போல ஐந்து மணிக்கே பொழுது விடிந்து விடும்) அடாவடியும் உள்ள புருஷனோடு வாழ்ந்து பார்த்தால் தான் தெரியும்.

என்னை நெகிழ்த்திய நேரங்கள் உண்டு.

பம்பாயில் யாரோ முகம் தெரியாத உறவுக்காரப் பாட்டி முதல் முறை என்னைப் பார்த்து,

''இவ்வளவு சின்ன வயசிலே 'சதுர்த்தி' விரதம் கூட முடிச்சியமே! உன் அகமுடையான் சொன்னான். 'ஸப்தஸதி' தானாவே படிச்சி பூஜை செய்யறியாமே யார் கத்துக்குடுத்தா?'' என்ற போது நிஜமாகவே ஆச்சரியம் ஏற்பட்டது. 'எப்போ இதெல்லாம் கவனிக்கிறார்?'

பஸ்ஸில் பார்த்த அவருடைய ஸ்டெனோ ''நீங்க ரொம்ப நல்லா ரவா தோசை செய்வீங்களாமே! உங்க 'ஹஸ்பண்ட்'தான் அடிக்கடி சொல்வார்'' என்ற போது புளகாங்கிதம் ஏற்பட்டது.

ஒரு மாதம் முன் என்னை உருக வைத்த அவர் வாசகம் -

''இத்தனை பெரிய வீட்டில் உனக்கு எழுத ஒரு டேபிள் இல்லை. உன் பேப்பர் வைத்துக் கொள்ள தனியாய் இடமில்லை பார்.''

அவர் என்னவோ காஷுவல் ஆகத் தான் சொன்னார். எனக்கு மட்டும் 'உன்னை நேசிக்கிறேன்', 'உன்னை நேசிக்கிறேன்' என்று ஒரு கோடி முறை அவர் ஜபம் செய்தது போல இருந்தது.

ஆண்டாள் இன்றைய பெண்ணினத்தின் பிரதிநிதி?

அன்பினால் ஆண்டவள். அதனால் அவள் ஆண்டாள். சக்குபாய் மீரா போன்ற பக்தைகள் செய்யாதவற்றை ஆண்டாள் செய்தாள். சிந்தனையால் அவள் முழுப் பெண். பெண் விரும்பும் எல்லாவற்றையும் கட்டி இருக்கிறாள். பெண் விடுக்க வேண்டிய எல்லாவற்றையும் எடுத்துச் சொல்லியிருக்கிறாள்.

ஆண்டாள் திருப்பாவை முழுக்கவும் பெண்ணை மாய்ந்து மாய்ந்து எழுப்பியிருக்கிறாள். எழுப்புவது என்பது விழிப்புணர்ச்சி ஏற்படுத்துவது. மயக்கநிலை, அறியாமை இவற்றைத் தவிர்ப்பது. 'வா, வெளியே, நான்கு சுவரை விட்டு' என்கிறாள். 'நீ என்ன ஊமையா, செவிடா, தூங்கியே நாட்களைக் கழிக்கிறாயே' என்கிறாள். பெண்ணுக்கு இன்றும் தேவைப்படுவது அந்த விழிப்புணர்ச்சியே!

பெண் என்ன செய்யக் கூடாது என்பதைச் சொல்கிறாள்.

'குற்றம் செய்ய மாட்டோம், வம்பும் கடுசொல்லும் பேச மாட்டோம்; தானமும் தர்மமும் செய்து வாழ்வைத் தழைக்க வைப்போம்'

(செய்யாதன செய்யோம்-2)

அவளுடைய சரமனதில் நாட்டுப்பற்றிருந்தது.

(நாட்டுப்பற்று என்னும்போது பெண்கள் என்ன குறை வைத்திருக்கிறோம்?)

நாடு செழிக்க மழை வேண்டும். அந்த மழை மாதம் மூன்று முறை பொழிந்து நெல் வயல்கள் செழித்து பசுமைப்புரட்சி வரவேண்டும். குடம் குடமாகப் பால் வழங்கும் கால்நடை(பசு) வளம் வேண்டும். (ஸ்வீடன், டென்மார்க் தேசங்கள் கால்நடை வளத்தால் மட்டுமே செழித்திருப்பது அந்த வில்லிபுத்தூர் சிறுமிக்கு எப்படித் தெரியும்?) தீங்கின்றி நாடெல்லாம்-(3)

பெண் தன் குற்றங்களைக் களைய வேண்டும். அதன்பின் வெற்றிகள் அவளைத் தாமாகவே வந்து சேரும்.

பெண் என்பவள் ஜனனி; தாய்; தாய் தப்பு செய்ய அனுமதிக்கப் படுவதில்லை. இன்று பெண் விடுதலை கோருபவர்கள் சில சமயம் ஆணின் தவறுகளை நாங்களும் செய்ய அனுமதி வேண்டும் என்கிறார்களோ என்று சந்தேகம் வருகிறது.



ஆண் புகைக்கிறான். குடிக்கிறான். 'டென்ஷன்' 'டென்ஷன்' என்று சலித்துக் கொண்டு வடிகால் தேடுகிறான். பல தாரம் நாடுகிறான். பெண் இதையெல்லாம் செய்வதில்லை. 'டென்ஷன்' தாங்காமல் பல சமயம் மனநோயாளிதான் ஆகிறான்.

நிஜமான பெண் விடுதலை ஆண்



இம் மங்கலச்
சின்னத்திலிருந்து எழும்
நறுமணத்தை
உங்களால் உணர
முடிகிறதா ?



ஐடெக்ஸ்

திவ்யா
குங்குமம்

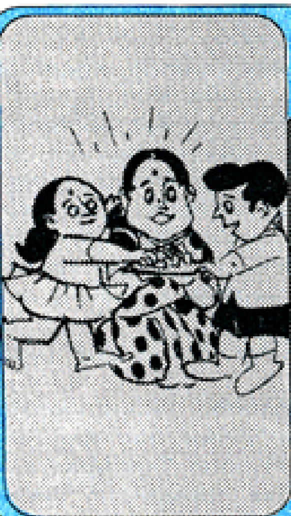
ஆம் ! தெய்வீக மணம் வீசும் திவ்யா !
பல லட்சக்கணக்கான இந்திய மங்கையரின்
நம்பிக்கைக்குரிய குங்குமம்.
நீங்கள் விரும்பும் நிறத்தில். நீங்கள் எதிர்பார்க்கும்
வெல்வெட் பளபளப்புடன்.

உங்கள் மென்மையான சருமத்திற்கு ஏற்றது
முற்றிலும் பாதுகாப்பானது.

ஐடெக்ஸ் - 50 ஆண்டுகளுக்கு மேலாக உங்கள்
நம்பிக்கையின் மகத்தான சின்னம்.



அரவிந்த் லாபரடரீஸ், சென்னை 600 033.



நெல் பொரி மீந்துவிட்டதா?
சுத்தம் செய்து பாட்டிலில் வையுங்கள்.
சில நாள் காலை அவதியில், டிபன்
செய்ய முடியாமல் போகும்; டிபன்தான்
வேண்டுமென்று பிள்ளைகள் வம்பு செய்யும்.
பொரியில் கொஞ்சம் பால் தெளித்துப்
பிசிறி, சர்க்கரை, தேங்காய்த் துருவல்,
ஏலப்பொடி சேர்த்துக் கலந்து, தட்டில் போட்டு,
1 ஸ்பூன் போட்டுக் கொடுங்கள். சந்தோஷமாய்ச்
சாப்பிட்டுவிட்டுப் பறப்பார்கள் பிள்ளைகள்.
ஒரே நிமிடத்தில் சுவையான டிபன் ரெடி.
- கமலா

போலவே தவறு செய்வதில் இல்லை. குற்றங்களைக் களைந்து ஆண் கண்ட பிரத்யேக உயரங்களை அடைவது. ஆணை மதித்துத் தானும் மதிக்கப்படுவது. ஆண்டாள் சொல்கிறாள், அறியாமல் செய்த பழைய பிழைகளையும் அறிந்தே செய்கிற பழக்கதோஷப் பிழைகளையும் தீயில் போட்டுப் பொசுக்குவோம்' என்று. (போயப் பிழையும் 5)

ஆண் எதிர்ப்பு, பெண்ணினத்தின் நோக்கமல்ல. ஆணாதிக்க எதிர்ப்புதான் பெண் வேண்டுவது. ஆண்மையை நேசிக்கிறாள் ஆண்டாள். மகா உன்னதமான ஒரு ஆடவனின் நேசத்தை விழைந்து தேடுகிறாள். அவனுடைய தன்மைகளை விரிவாகவே சொல்கிறாள்.

அவன் கதிர் மதியம் போல் முகத்தான். (1) கொடுமை கண்டால் சூரியனாகி தகிப்பான். நேசம் கண்ட விடத்தில் மதியம் போலக் குளிர்வான். (1)

இன்னும் நிறைய நிறைய... தான் விரும்பிய ஆண் மகனை மாய்ந்து மாய்ந்து வர்ணிக்கிறாள்.

சிங்கம் போன்ற வீரன்; ஆட்சி புரிபவன் (23) மாசுகளே இல்லாதவன் (28)

இத்தகைய ஆண் மகனை விழைகிறாள். அவனுடைய துணை கோர பெண்ணுக்கும் அவ்வளவே தகுதி வேண்டும் என்பதாலோ என்னவோ பெண்ணின் பெருமைகளையும் வெகுவாக எடுத்துச் சொல்கிறாள்.

பரமனை விரும்பி நாடி வந்த பெண்கள் நாங்களும் எதிலும் குறைவில்லை.

குற்றங்களைக் களைந்து வந்திருக்கிறோம்; தூக்கம் சோம்பல் அனைத்தையும் விட்டு வந்திருக்கிறோம்; 'தேற்றமாய்' (தெளிவாய்) வந்திருக்கிறோம்.

'சிற்றாதே பேசாதே செல்வப் பெண்டாட்டியாய்' குறைவில்லாத அநாவசியம் பேசாத உயர்ந்த பெண்டிராய் வந்திருக்கிறோம் என்கிறாள்.

ஆண்டாள் சொல்வது உயர்ந்த பெண் சிந்தனை அல்லவா?

சமத்துவம் பேசுவதிலும் சளைக்கவில்லை கோதை. கண்ணன் வாழும் நந்தகோபன் அரண்மனைக் காவல்காரனை அனுமதி வாயில் திறக்க ஏவுகிறாள். வந்தவர்கள் சின்னப் பெண்கள். உள்ளே இருப்பவர்கள் ரொம்பப் பெரியவர்கள். இருந்தால் என்ன?

'தூயோமாய்' வந்தோம் நாம். நாங்கள் தூயவர்கள். அதை விட என்ன தகுதி வேண்டும் உள்ளே வர? என்று பிடிவாதம் பிடித்து வாயில் திறக்கச் சொல்கிறாள். (16,17)

எண்ணத் தூய்மையும் கொள்கை உயர்வும் ஆண்டாள் அளவுக்கு இன்னொரு பெண் புலவருக்கு இல்லை என்றால் அது மிகையில்லை.

நவினமிக்க பெண்ணாக சூடகமே, தோள்வளையே, தோடே, செவிப்பூவே, பாடகமே என்ற அத்தனை அணிகலனும் வேண்டும், ஆடையும் புதிது வேண்டும், குளிரக் குளிர 'மூட நெய்' ஊற்றிப் பால் சோறும் வேண்டும் என்றாள். இயற்கை தான்.அது பெண்மை.

ஊரெல்லாம் மழை பொழிய வேண்டும் என்கிறாள். அது நல்லதொரு சிந்தனை.

இன்னும் பல படிமேலே போகிறாள். 'வருத்தமும் தீர்ந்து' மகிழவேண்டுமாம். எவ்வளவு உயர்வான எண்ணம் இது தெரியுமா? எத்தனை இருந்தாலும், பொன்,

புடவை, ஊரில் சுபிட்சம், நல்ல வாழ்க்கைத்துணை அத்தனையும் அடைந்த பின்னும் 'வருத்தம்' இருக்கமுடியும். சந்தோஷம் இல்லாமல் இருக்க முடியும். happiness என்பதை ஒரு மனநிலை என்கிறார்கள். அது state of mind. சந்தோஷம் சூழ்நிலையால் வருவதில்லை. மனசுக்குள் விருந்து வர வேண்டும். வருத்தம் தீர்ந்து சந்தோஷம் பொங்க வேண்டும் என்கிறாள் ஆண்டாள்.

இன்னொரு இடத்தில் 'எங்கள் மேல் சாபம் இழிந்தேலோர்' என்கிறாள்.

இன்னமும் இந்தப் பதம் பொருத்தம் தானே? பெண்கள் மேல் இறங்கிய சாபம் எப்போது தீர்ந்தது? இன்னமும் பெண்களைச் சபித்துக் கொண்டுதானே இருக்கிறார்கள்? பெண்களைத் தள்ளிக் கொண்டு பஸ்ஸை விட்டு இறங்குகிறார்கள். கேட்டால் 'பெண்கள் ஸ்பெஷல்' போடச் சொல்வதுதானே என்கிறார்கள். மிஞ்சிப் போனால் 'பெண்கள் ஏன் வெளியே வந்து எங்கள் வேலை வாய்ப்பில் போட்டி போடுகிறீர்கள்?' என்கிறார்கள். சரி வீட்டிலிருப்போம் என்றால் 'தண்டமாய் வீட்டில் சும்மா இருக்கிறீர்கள்' என்கிறார்கள். கல்யாணச் சந்தையில் பெண் இன்னமும் ஆடு மாடுதான். ஆடு மாடு, வளர்த்தவனுக்குக் காசாவது பெற்றுக் கொடுக்கும். பெண்ணோ காசையும் கொடுத்து இளமையையும் உழைப்பையும் சேர்த்து விற்கிற ஆடு மாடு.

எங்கள் சாபம் தீர வேண்டும் என்பது எத்தனை ஆழமான வார்த்தை?

யாரும் எட்டிப் பிடிக்காத இன்னொரு உயரம் இதோ.

சின்னப் பெண் பரம்பொருளிடம் சர்வ வல்லமையைத் துளியும் அலட்டிக் கொள்ளாமல் கேட்கிறாள்.

'நீ என்ன பரம்பொருள்? நானும் 'நீ'யாக வேண்டும்' என்கிறாள்.

பாலைத் திரட்டி வைத்தாற்போல கையில் ஒரு சங்கு வைத்திருக்கிறாயே! அது உலகம் முழுக்க ஒலிக்கிறதே! அதைப் போல் சங்குகள் வேண்டும் எங்களுக்கு. (பெண் குரல் சபையேற வேண்டும் என்பதாகச் சொல்லலாமா?) புகழைப் பரப்பும் பெரும் பறை உள்ளதே உன்னிடம்! அது வேண்டும் எங்களுக்கு.

(எங்கள் புகழ் திக்கெட்டும் பரவ வேண்டும்)

உனக்கிருப்பவரைப் போல எமக்கும் 'பல்லாண்டு' பாடுவோர் வேண்டும் (எம் பின்னால் தொண்டர்கள் வேண்டும்) உன்னைப் போலவே எங்களுக்கும் கோல விளக்கு, கொடி, விதானம் எல்லாம் வேண்டும் (அதாவது உன் விமரிசைகள் எமக்கும் வேண்டும். உன் சக்தி வேண்டும். படை வேண்டும். ஆட்சிப் பொறுப்பு வேண்டும்)

(மாலே மணிவண்ணா - 26)

இப்படியெல்லாம் வரம் கேட்ட இன்னொரு பக்தரை ஒரே ஒருவரைக் (ஆண் கூட யாரும் இல்லை) காட்டுங்கள் பார்க்கலாம்.

அதனால்தான் சொன்னேன், ஆண்டாள் பக்திக்கு மட்டுமில்லை. பெண்ணுரிமைக்கும் சின்னம் என்று.

– மாலதி



ஒரு கப்
உளுத்தம்பருப்பை
ஊற வைத்து, தேங்காய் மிளகு
சேர்த்து அரைத்துக் கொள்ளவும்.
ஒரு படி அரிசி மாவில் அரைத்த விழு
தினைப் போட்டு உப்பு, பெருங்காயம்
சேர்த்து, தேன்குழலாகப் பிழிந்தால் கரகர
வென்று ருசியாக இருக்கும். விருப்பமுள்ள
வர்கள் பூண்டு, பச்சை மிளகாயினை விழுது
அரைக்கும்போது சேர்த்துக் கொள்ளலாம்.

- ராஜலட்சுமி

நானே ரைஸ் சேவை செய்து கொண்டிருந்தேன் - டிடிகே-யின் சேவை வரும்வரை



டிடிகே ரைஸ் சேவை. வீட்டில் செய்வது போலவே நல்ல சுவையும் குணமும் நிறைந்து வருகிறது. உங்கள் குடும்பத்துக்கு காலை டிபன், மதிய உணவு, இரவு உணவுக்கு என்ன பிடிக்கும் என்பது டிடிகே ஃபுட்ஸ் பல வருடங்களாக அறிந்த ஒன்றல்லவா? எனவேதான் உங்களுக்காக குறைந்த விலையில் (500 கிராம் பாக்கெட் ரூ. 14) ரைஸ் சேவையை அளிக்கிறது. இந்த அளவில் 6 பேர் தாராளமாக சுவைத்து உண்ணலாம்.



டிடிகே ரைஸ் சேவையின் சுவை கண்டபின் என்றென்றும் இது உங்கள் சேவை.

இலவச சமையல் குறிப்புப் புத்தகம் கிடைக்க எழுத வேண்டிய முகவரி: புராடக்ட் மானேஜர், டிடிகே ஃபார்மா பிரைவேட் லிமிடெட், 11வது மாடி, பிரிகேட் டவர்ஸ், 135, பிரிகேட் ரோடு, பெங்களூர் - 560 025.

TTK தயாரிப்பு

MAA COMMUNICATIONS 2185-92 TAM

‘அதிகச் செலவில்லாமல் நம் குழந்தைகள் சந்தோஷமாக விளையாட முடியாதா?’

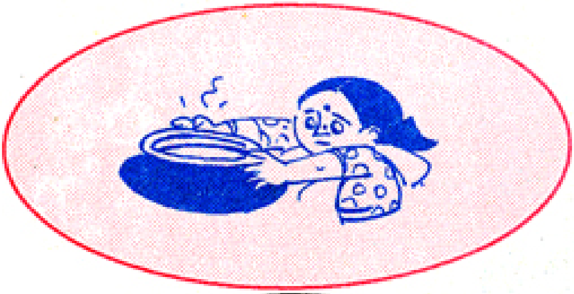
கட்டுரைக்கு மறுப்பு



செ‌ன்ற இதழில் அதிகச் செலவில்லாமல் நம் குழந்தைகள் சந்தோஷமாக விளையாட முடியாதா கட்டுரையில் ஆசிரியை கூறும் கருத்துக்கள் முன்னுக்குப்பின் முரணாக இருக்கின்றன. 'old is gold' என்று நினைக்கும் பழமை விரும்பியான சகோதரி தற்காலக் குழந்தைகளை பழைய கற்காலத்திற்கே இட்டுச்செல்ல விரும்புகிறார்.

தற்கால நவீன விளையாட்டு உபகரணங்களினால் குழந்தைகளின் creativity அதாவது சிருஷ்டித் திறமை வெளிப்பட வாய்ப்பில்லை என்று வருந்துபவர், நூற்றுக்கணக்கில் கொட்டி நாம் வாங்கும் பொம்மைகளை ஆராய்ச்சிக்குத்தான் உபயோகப்படுத்துகிறார்கள் என்கிறார். ஆராய்ச்சி மூலம் உண்டாகும் creativity (அதாவது குழந்தையுடைய கற்பனைத்திறனுக்கேற்ப ஒரு பொம்மை உருவாகிவிட்டது) தந்த அளவுக்கு மீறிய ஆனந்தத்தால் வெளிப்படும் பெருமிதச் சிரிப்பை அதாவது ஹி...ஹி...யை ஏளனமாகக் குறிப்பிட்டு அந்தக் குழந்தையை அவமானப்படுத்தியிருக்கிறார்.

ஸ்கூட்டர் ஓட்டியின் தலையைப் பிரித்து நாய் பொம்மையின் தலை இல்



லாத முண்டத்தில் ஒட்ட வேண்டும் என்று அக்குழந்தை நினைக்கும்போதே கிரியேட்டிவிட்டி வெளிப்படுகிறது. ஏழாங்கல், தாயக்கட்டம் இவற்றில் எல்லாம் பெரிதாக என்ன கிரியேட்டிவிட்டியை ஆசிரியை கண்டுவிட்டார் என்று தெரியவில்லை.

'இந்தக் காலத்துக் குழந்தைகளுக்கே மூளை ரொம்ப ஜாஸ்தி. அப்பப்பா. மடக்கி மடக்கி எப்படி எல்லாம் கேள்வி கேட்கிறது. பாதிக் கேள்விகளுக்கு நமக்கே பதில் சொல்லத் தெரியாம திருதிருன்னு முழிக்க வேண்டியிருக்கு' என்று பெரியவர்கள் கூறுவதை நாம் கேட்கிறோம். இது உண்மையும் கூட. நான்கு வயதுக் குழந்தை இக் காலத்தில் கேட்கும் அறிவுபூர்வமான கேள்விகளை 20 வருடத்திற்கு முந்தைய குழந்தைகள் கண்டிப்பாகக் கேட்டிருக்க மாட்டார்கள். 'ஏன்? எப்படி? எதற்கு?' என்று யோசிக்கும் திறன் அக் காலத்தில் குறைவு. அவர்கள் உலகம் குந்துமணி, புளியங்கொட்டை, கொட்டாங்கச்சியுடன் நின்று விட்டது. அதற்கு மேல் விரிவடைய வாய்ப்பில்லை.

'மேல்நாட்டுக் குழந்தைகளுடன் ஒப்பிடும் போது நம் நாட்டுக் குழந்தைகளுக்குத்தான் 2 வயது வரை மூளை வளர்ச்சி பிரமிக்கத்தக்க வகையில் இருக்கிறது. அதற்குப் பிறகு மூளை வளர்ச்சி அந்த அளவு இல்லை. மேல்நாட்டுக் குழந்தைகளுக்கு 2 வயதிற்குப் பிறகு அபார மூளை வளர்ச்சி. அவர்கள் குழந்தைகளுக்கு வாங்கித் தரும் அளவிற்கதிகமான விளையாட்டுச் சாமான்கள்தான் இதற்குக் காரணம்' என்று ஒரு வாரப் பத்திரிகையில் சுமார் ஒரு வருடத்திற்கு முன்பு ஒரு மனநல மருத்துவர் பேட்டியில் கூறியிருந்தார். விஞ்ஞானம் முன்னேறி விட்டது. முற்காலத்தில் இல்லாத டீ.வி., கிரைண்டர், வாஷிங் மெஷின் போன்ற நவீன உபகரணங்களினால் உண்டாகும் சௌகரியங்களை பெரியவர்கள் அனுபவிக்கிறோம். ஆட்டுக்கல், அம்மி, உலக்கை போன்றவை மியூசியத்தில் வைக்க வேண்டிய பொருளாகி விட்டன. இக் காலத்தில் நூற்றில் ஒரு பெண்ணுக்காவது கைமுறுக்கு சுற்றத் தெரியுமோ? கடையில் வாங்கி மனையில் வைக்கும் காலமாகி விட்டது. இதனாலெல்லாம் பெண்களின் திறமை குறைந்து விடவில்லை.

ஐந்து வயதில் முக்கி முனகி 'அ'னா, 'ஆ'வன்னா கற்றுக் கொண்ட அக் காலத்திய குழந்தை எங்கே, 2½ வயதிலேயே நோட்டில் பென்சிலால் ஒரு குண்டு போட்டு 'O' மேலே இந்தப் பக்கம் வால் போட்டா B அந்தப் பக்கம் வால் போட்டா D குண்டை அழிச்சா C என்று சொல்லும் இந்தக் காலத்துக் குழந்தைகள் எங்கே! குழந்தைகளின் உழைப்புத் திறன் வெளிவர வாய்ப்பில்லையே என்று ஆசிரியை அங்கலாய்க்கிறார். உழைப்புத் திறன் இல்லாவிட்டால் 3 வயதிலேயே ஏன் 2½ வயதிலேயே ரைம்ஸை பாவத்துடன் 'பா, பா ப்ளாக் ஷீப்' என்று ஆட்டுக் குட்டியைக் கூப்பிட்டு எதிரில் நிறுத்தி 'ஹேவ் யூ எனி உல்' என்று கையை அசைத்துக் கேட்க முடியுமா? கரதல பாடமாக ஒப்பிக்கத்தான் முடியுமா? அந்தக் காலத்து 10 வயது சிறார்களை விட இந்தக் காலத்து 5 வயது ஸ்ரேயஸ்ஸுக்கு அறிவுத்திறன் அதிகம். கிரஹிப்பு சக்தி அதிகம் இருப்பதால்தான் அவர்கள் அறிவுப் பசிக்கு இரை தேடி நம்மிடம் வந்து போரடிக்கிறது என்கிறார்கள். word play யின் மூலம் குழந்தைகள் புதிது புதிதாக

ஜவ்வரிசி பச்சடி :

ஜவ்வரிசி பாயசம் என்று கேள்விப்பட்டிருப்பீர்கள். பச்சடி சாப்பிட்டால் இன்னும் வேண்டும் என்பீர்கள்! ஜவ்வரிசியை எண்ணெய் விட்டுப் பொரித்துக்கொள்ளவும். மோரில் தகுந்த உப்பும் போட்டு பொரித்த ஜவ்வரிசியைப் போட்டு, சீரகம் ½ டீஸ்பூன் போட்டு, கறிவேப்பிலை கிள்ளிப் போட்டு, பெருங்காயம் கரைத்து ஊற்றி, கடுகு தாளிக்கவும். மோர் சற்று நீர்க்க இருந்தாலும் பரவாயில்லை. திடீர் விருந்தாளி வந்தால் ஒரு நொடியில் இதைத் தயாரித்துச் சமாளிக்கலாம். சூப்பராக இருக்கும்!

- விமலா தியாகராஜன்

உலகம் முழுதும் சந்திரிகாவில் நீராடுகிறது. நீங்கள் ?



அமெரிக்கா, இங்கிலாந்து, இத்தாலி, பிரான்சு, ஐக்கிய அரபு எமிரேட்டுகள் மற்றும் மத்திய கிழக்கு நாடுகள் போன்ற தரம் வலியுறுத்தும் மார்க்கெட்டு களில் ஒரு அபிமான ஆயுர்வே திக் சோப்பாக சந்தேகத்துக்கு இடமின்றி சந்திரிகா தன் இடத்தை நிலைநாட்டியுள்ளது.

தொடர்ந்து 11 வருடங்களாக ஏற்றுமதிக்கான பெருமைக்குரிய 'கெமக்ஸில் அவார்டு' வென்று வருவதன் மூலம் சந்திரிகா அரசு அங்கீகாரம் பெற்றுள்ளது.



சந்திரிகாவின் ஸ்தாபகர் ஸ்ரீ கோவல் வைத்தியர் ஏற்றுமதிக்கான 'கெமக்ஸில் அவார்டைப்' பெறுகிறார்.

அயல்நாடுகளில் அனைவரும் விரும்பும் சந்திரிகாவில் நிறைந் துள்ள இயற்கை வளங்களான தேங்காய், ஹைறட்னோ கார்ப் பஸ், எலுமிச்சை தோல், ஆரஞ்சு, சந்தனம் இவற் றின் எண்ணெயே உங்கள் சோப்பிலும் உள்ளது.

CHANDRIKA
AYURVEDIC SOAP

MAA COMMUNICATIONS 2209-92 TAM

வார்த்தைகள் கற்றுக் கொள்கிறார்கள் trade ன் மூலம் வியாபாரத் தந்திரம் புரி கிறது.

சகோதரியின் குழந்தை வேண்டுமா னால் பூசணிக்காயை யானையாக பாவித் திருக்கலாம். மற்ற குழந்தையாக இருந்தால் ''போம்மா. என்னை பொய் பேசக் கூடா துங்கறே. நீ மாத்திரம் பொய் பேசலாமா? நான்தான் அன்னிக்கு வாசல்லே யானை யைப் பார்த்தேனே. அது இப்படி ஒண்ணும் இல்லே' என்று கூறும். நாம் பாவனையாக மஞ்சள் பிள்ளையார் பிடிப்பதற்கும் சிறு குழந்தை பாவனையாக விளையாடுவதற் கும் வித்தியாசம் உண்டு. நிழலுக்கும் நிஜத் துக்கும் அதற்கு வித்தியாசம் தெரியுமோ? நாம் சொல்லுவதை கப்பென்று பிடித்துக் கொள்ளத்தான் தெரியும்.

பழைய காலம் மாதிரி வீட்டுக்குள்ளே பெண்ணை நாம் பூட்டி வைப்பதில்லை. வெளி உலகில் ஆண்களோடு பெண்களும் சரிநிகர் சமானமாக, ஆணுக்குப் பெண் இளைப்பில்லை என்ற ரீதியில் வாழ வேண்டிய நிர்ப்பந்தம். தன்னைப் பாது காத்துக் கொள்ள 'கராத்தே' கற்றுக் கொள்வதில் என்ன இமா லயத் தவறைக் கண்டு விட்டாரோ யான் அறியேன்' பராபரமே. கராத்தே மட்டுமா ஜூடோ, குங்ஃபூ இவற்றையும் கற்றுக் கொள்கிறார்களே!

தொம், தொம் என்று பூமி அதிர (பாவம் பூமாதேவி) குதித்துக் குதித்து கண் ணைக் கைகளால் மூடிக் கொண்டு 'ரைட்டா' கேட்டு பாண்டி ஆடாமல் (இதில் கலைத் திறன் என்ன இருக்கிறது என்று அடியேனின் சிற் றறிவுக்கு எட்ட வில்லை) தா... தை.. தகதை என்று நவீனமாகக் குதித்து, கையை வீசி ஒய்யாரமாய் நடந்து, தான் யசோ தையாக மாறி நன்கு கவனிக்க, பாவனையாகத்தான் (அ தா வ து மரப்பாச்சி மாதிரி) குட்டிக் கண் ணனை குளிப்பாட்டி, தலைவாரி உச்சியில் கொண்டை போட்டு, கண்ணுக்கு மை எழுதி, அடம் பிடிக்கும் க ண் ண னை அதட்டி, செல்லமாக அடித்து, தான் பெற்ற இன்பம் பெறுக இவ்வையகம் என்று பெருமையுடன், நடனத் தைக் காண்பவர்கள் முன்பு மாயக் கண்ணனைக் கொண்டு வந்து நிறுத் தும் அழகுக்கு ஈடுண்டோ, இணை யுண்டோ? ஆயகலைகள் 64ல் பரத நாட்டியமும் ஒன்று.

குடும்பப் பெண்கள் பரத நாட் டியம் கற்றுக் கொள்ளக் கூடாது என்று பெண்க ளுக்குச் சொல்லப்பட்ட காலத்தில் ''பிற புருஷாளுக்கு முன்னாலே தூமரதண்டி (இது திருநெல்வேலி வார்த்தைப் பிரயோ கம். அடங்காப்பிடாரி என்று அர்த்தம்) மாதிரி கையையும் காலையும் தூக்கிண்டு தாம்தூம்னு குதிச்சுண்டு வெக்கமில்லாம ஒரு பொம்மனாட்டி ஆடலாமோ?'' என்று பெண்களை அடக்கி ஒடுக்கி கிணற்றுத் தவளையாக வைத்த காலத்தில் பாவம் பாண்டியையும் (இதையும் ஒரு குறித்த காலம் வரைதான் ஆட அனுமதிப்பார்கள்) பல்லாங்குழியையும் விட்டால் வேறு கதி யில்லாமல் இருந்தது.

காகிதத்தில் கத்திக் கப்பல் மாத்திரமா, பல பல பறவைகள், மனித உருவங்கள் இவற்றைத் தற்கால சிறுவர், சிறுமியர்கள் அநாயாசமாக செய்வது சகோதரிக்குத் தெரியவில்லை. இந்த ஜப்பானியக் கலைக்கு ஓரிகாமோ என்று பெயர். கண் பார்த்ததை கை செய்யும் சாமர்த்தியம் இக்

கிறிஸ்துமஸ் பரிசு!

மெழுகைத் தூள் செய்துஒரு கிண்ணத் தில் போட்டு அடுப்பில் மித மான தீயில் வைக்கவும். இளகி தண்ணீராக ஆனவுடன், அழகான சென்ட் பாட்டில், மற்றும் டானிக், ஹேர் ஆயில் பாட்டில் காலியாக இருந்தால் அதன் மீது ஒரு ஸ்பூ னால் இளகிய மெழுகை அள்ளி லேசாக ஊற்றவும். சூட்டுடன் கலர் கலர் மணிகளை அதில் பதிக்கவும். மேல்புறம் வாய்ப்பாகத்தில் ஒரு பொம்மையைச் செருகிவிடவும். இந்த அழகான மெழுகு பொம்மையை உங்கள் தோழிக்கு கிறிஸ்து மஸ் பரிசாகக் கொடுத்து மகிழ்விக்கலாம்.

– பாமா



காலக் குழந்தைகளுக்கு அதிகம். எங்கும் கம்ப்யூட்டர், எதிலும் கம்ப்யூட்டர் என்று காணுமிடமெங்கும் நீக்கமற நிறைந்திருக்கும் கம்ப்யூட்டர் விளையாட்டில் புரோகிராமில் வரும் போலீஸ் நீரில் விழுந்தால் தான் தவறு செய்கிறோம் என்று புரிந்து சரியான அடி எடுத்து வைக்கக் குழந்தைகள் மேன்மேலும் முயற்சி செய்வார்கள். 'முயற்சி திருவினையாக்கும்' என்பதை ப்ராக்டிகலாக உணருவார்கள். எந்த விளையாட்டில்தான் தோல்வி இல்லை. பரமபத சோபானம் விளையாடும் போது பாம்பின் வாயில் அடிக்கடி கீழே இறங்கிக் கொண்டிருந்தால் அதாவது ஏணியில் சாண் ஏறுவதும் பாம்பில் முழம் சறுக்குவதுமாக இருந்தால் மட்டும் குழந்தைகளுக்குத் தோல்வி மனப்பான்மை ஏற்படாதா என்ன?

அந்தக் கால குழந்தைகளுக்குப் படிப்புச் சுமை குறைவு. அதிகப்படியாக எந்தக் கலைகளும் கற்கும் வாய்ப்பும் குறைச்சல். கோவில் மடப்பள்ளி, மருதி, மாந்தோப்பு, தென்னந்தோப்பு என்று தெருத் தெருவாய் சுற்ற நேரம் இருந்தது. இக் காலக்குழந்தைகளுக்கோ ஸ்கூல், ஹோம் ஒர்க், கராத்தே, பரதநாட்டியம், வாய்ப்பாட்டு, வீணை, வயலின், மிருதங்கம், கிரிக்கெட் என 24 மணி நேரமே போறாத போது ஊர் சுற்ற வாய்ப்பேது?

சகோதரி அவர்கள் டீ.வி.யில் ஒளி பரப்பாகும் வளரும் கலைஞர்களுக்கான நிகழ்ச்சிகளை அதிலும் குழந்தைகளுக்கான நிகழ்ச்சிகளை பார்ப்பதில்லை போலிருக்கிறது. ஒரு குட்டிப் பையன் ஐந்தே வயதிருக்கும் - உழக்கு மாதிரி மேடையில் முகத்தில் பெருமிதம் பொங்க உட்கார்ந்து கொண்டிருப்பான். மிருதங்கம் அவனை விடப் பெரிதாக அவனை மறைத்துக் கொண்டிருக்கும். துளிக்கூட சபைக் கூச்சம் இல்லாமல் மிருதங்கத்தில் அந்தப் பிஞ்சு விரல்கள் சுருதி, லயம் தவறாமல், சொற்கட்டுக்கள் பளீர், பளீரென்று தெறித்து விழ, நந்தி பகவானாக ஜாலம் புரியும் அழகே அழகு. பிற்காலத்தில் ஒரு மணி அய்யரோ, ஒரு எம்.எஸ். சுப்புலக்ஷ்மியோ, ஒரு பத்மா சுப்ரமண்யமோ உருவாகலாம். வெள்ளத்திற்கு அணை போடலாம். குழந்தைகளின் அறிவுக்கு அணைபோட்டு, ஏழாங்கல்லுடன் நிறுத்தலாமோ? சகோதரி அவர்கள் திரேதாயுகத்தை விட்டு இறங்கிக் கலியுகத்திற்கு வந்தால் இக் காலக் குழந்தைகளின் அருமை பெருமை நன்கு புரியும். நக்கீரப் பார்வை. அவரென்ன செய்வார்?

– மீனாட்சி

எங்கள் காலனியில் ஒருவரையொருவர் அறிமுகப்படுத்திப் பழகவேண்டும் என்ற நோக்கத்தோடு அன்னை தெரசா மகளிர் மன்றம் குறைந்த உறுப்பினர்களுடன் 24 ஆண்டுகளுக்கு முன்பு மாதவரம் பால் பண்ணை அருகில் ஆரம்பிக்கப்பட்டது. இதன் தலைவி பிரமிளா பிரபாகர், செயலாளர் பத்மா சங்கர் மற்றும் லீலா, சி. ராஜி, கிரிஜா, எஸ். ராஜி, ராணி, அருணா, கோமதி, ஆர். ராஜி ஆகிய செயற்குழு உறுப்பினர்களுடன் 60 உறுப்பினர்கள் கொண்ட மகளிர் மன்றமாக வெற்றிநடை போடுகிறது.

ஏழைகளுக்கு உதவி செய்ய வேண்டும் என்ற கொள்கையை அஸ்திவாரமாகக் கொண்டு அருகில் உள்ள மூலசத்திரம் என்ற இடத்தில் உள்ள ஏழைகளுக்கு வேண்டிய உடைகள், படிப்பதற்கு வேண்டிய வசதிகள், அன்னதானம் ஆகியவற்றைச் செய்து கொண்டு வருகிறோம். தவிர, நடுத்தரக் குடும்பத்தைச் சார்ந்தவர்களுக்குக் குடும்பத்தைச் சிக்கனமாக நடத்துவது எப்படி என்றும், தினசரி உபயோகப்படுத்தும் சோப்பு, பினாயில், சமையல் வகைகள், ஜூஸ் செய்வது எப்படி என்றும் கற்றுத் தருகிறோம்.



குறுநாவல்

ஓடி வந்தேன்...!

மஞ்சுளா ரமேஷ்

1

இரவு மணி எட்டரை.

ஒரு வழியாக சாப்பாட்டுக் கடை ஓய்ந்தது. அப்பாடா! கனகம் சோம்பல் முறித்தாள். இனி குழந்தைகள் டி.வி.யில் ஒன்பது மணி சீரியல் பார்த்து விட்டுத்தான் தூங்க வரும். கணவர் ஃபைல் கட்டுக்குள் முகத்தைப் புதைத்துக் கொண்டால் வெளியே வர பதினோரு மணி யாகும். கனகம் இப்போது தூங்கப் போகலாம்.

வெளிலைட்டை அணைக்க வராந்தாவுக்கு வந்தவள் ஒரு கணம் நின்றாள். இருட்டில் ஆட்டோ ஒன்று வந்து நிற்பது தெரிந்தது. ஒரு இளம்பெண் கையில் பெட்டியோடு இறங்கினாள். 'கிளிங் கிளிங்' என மீட்டரை ஒடிக்கும் சப்தம். அந்தப் பெண் வாசல் கேட்டருகே தயங்கி நிற்கும்போது ஆட்டோ வட்ட மடித்து இருட்டில் கலந்தது. கனகம் கண்களைச் சுருக்கினாள்.

''யாரு...?''

''இங்கே மிஸஸ் கனகம் வரதராஜன்ங்கறது...அவங்க வீடுதானே...?''

''ஆமாம்..யாரு நீ...உள்ளே வா...''

'கேட்'டைத் திறந்து உள்ளே வந்த அந்தப் பெண் கீழ்ப் படிகட்டில் நின்றாள். சுடிதார். துப்பட்டா இல்லாத இன்றைய நாகரீகச் சுடிதார். கையில் ஓரளவு கவக்கும் சூட்கேஸ் அவள் வலது கையை இழுத்தது. நெற்றியில் புரண்ட கேசத்தை அவள் தலையை அசைத்துத் தள்ளியபோது சிறிய கறுப்பு ஸ்டிக்கர் மூக்கிற்கு மேல் தெரிந்தது.

''நான்.. என் பேர் வினயா. நான் உள்ளே வரலாமா...?''

ஒருகணம் தயங்கினாள் கனகம். இதே போல சுடிதார் போட்ட பெண்களை இன்று நம்ப முடிவதில்லை. எங்கே பார்த்தாலும் கொள்ளை, குண்டுவெடிப்பு. மேல்படியில் நின்று கொண்டிருந்த கனகத்தை அண்ணாந்து பார்த்த வினயாவின் முகம் களங்கமில்லாதது போலத்தான் இருந்தது. இருந்தாலும் இந்தக் காலத்தில் யாரை நம்ப...? தயக்கத்துடன்,

''சரி...உள்ளே வா...''

என்றவாறே உட்புறம் நகர்ந்தாள். இதற்குள் இவள் வாசலில் யாருடன் பேசுகிறாள் என்று உள்ளிருந்து வந்த வரதராஜன் ஹாலுக்குள் வந்த பெண்ணைப் பார்த்து,



''யாரு கனகா...?'' என்றார்.

''தெரியலை. என்னைத்தான் தேடி வந்திருக்கிறாள்'' என்றவள், ''உட்காரம்மா'' என்று சோபாவைக் காட்டினாள்.

வரதராஜனைப் பார்த்துக் கொண்டே வினயா, ''நான் உங்ககிட்டே கொஞ்சம் பேசணும்'' என்றாள் கனகாவிடம்.

இரவு திடீரென்று வந்து இறங்கி உட்கார்ந்திருக்கும் இந்த விநோதமான பெண்ணை என்ன சொல்வதென்று தெரியவில்லை.

''நீ பேசலாம்மா. இவர் என் கணவர்தான். எதுவானாலும் சொல்லு... குழந்தைகள் கூட இங்கே வரமாட்டார்கள். சொல்லு...'' என்றாள்.

தலையைக் குனித்து கொண்டு சில கணங்கள் அமர்ந்திருந்தாள் வினயா.

கனகாவிற்கு இவளைப் பார்க்க ஆச்சர்யமாக இருந்தது. தமிழகத்தின் முன்னணி எழுத்தாளர்களில் ஒருத்தியான கனகா எத்தனையோ நபர்களை இந்த இருபதாண்டு எழுத்துலக வாழ்க்கையில் சந்தித்திருக்

கிறாள். இவளைப் பார்த்தவுடன் தன் அனுபவங்களையெல்லாம் கொட்டி விடுவார்கள். எத்தனையோ பெண்கள் இவளைக் கட்டிப் பிடித்துக் கொண்டு அழுது கூட இருக்கிறார்கள். ஆனால் இப்படி ஓர் இளம் பெண் இரவு ஒன்பது மணிக்குப் பெட்டியுடன் வந்து இறங்கிய அனுபவம் கிடைத்ததில்லை. இது நல்லதிற்கா இல்லை ஏதேனும் விபரீதமா?

நிமிர்ந்த வினயா இருவரையும் மாறி மாறிப் பார்த்தாள். “நான் இப்போ கோயமுத்தூர்லேர்ந்து வர்றேன்...”

“என்னது? கோயமுத்தூர்லேந்தா...?”

“ஆமாம். என்னோட சொந்த ஊர் கோயமுத்தூர்தான். காலையில பஸ் பிடிச்சு மெட்ராஸ் வந்தேன். வந்தவுடன் நேரா பத்திரிகை ஆபீஸ் போனேன். அங்கதான் உங்க முகவரி கொடுத்தாங்க. அங்கேர்ந்து இங்கே வர்றதுக்கு லேட்டாயிடிச்சு.”

“அப்படி என்ன ராவோட ராவா என்னைப் பார்க்கணும்னு அவசரம்...”

“நீங்க பெரிய எழுத்தாளர். அதுவும் பெண் எழுத்தாளர். ஒரு பெண்ணோட மனசைப் புரிஞ்சுக்கிட்டு உதவி செய்ய உங்களாலதான் முடியும்னு ஓடி வந்துட்டேன்...”

திகைத்துப் போனார்கள் இருவரும். “ஓடி வந்துட்டியா?”

“ஆமாம். ஓடி வந்துட்டேன். நான் கோயமுத்தூர்லேயே இருந்தேன்னா ஒன்னு எனக்குக் கட்டாயக் கல்யாணம் பண்ணுவாங்க. அப்படி இல்லேன்னா என் மாமா என்னை அடிச்சே கொன்னுடுவாரு...”

“என்னம்மா சொல்றே நீ...?”

“மம்மீ...” உள்ளேயிருந்து ஹாலுக்குள் வந்தாள் கனகத்தின் பெண் ஹம்சா. “இன்னும் தூங்கப் போகலே...?” ஹாலில் இருந்த புதிய பெண்ணைப் பார்த்துத் தயங்கினாள்.

“ஹம்ஸி... நான் இந்தப் பெண்ணோட கொஞ்சம் பேசணும். நீ அர்ஜுனையும் தூங்க வச்சிட்டு நீயும் தூங்கும்மா. வந்துடறேன்...”

“ஓகே... குட் நைட் மாம்...” அந்தப் பதினைந்து வயதுப் பெண் உள்ளே போய் விட்டாள்.

வினயா தொடர்ந்தாள். “ஆமாம் ஆன்ட்டி.. நான் கொஞ்சம் விவரமா சொன்னாத்தான் உங்களுக்கும் புரியும். நான் பி.எஸ்ஸி., படிச்சுக்கிட்டு இருக்கிறப்போ என் ஃப்ரெண்ட் மோகனைக் காதலிச்சேன். இந்த இயர்தான் எங்களோட படிப்பு முடிஞ்சது. இப்பவும் நானும் அவரும் ஒருத்தரை ஒருத்தர் உயிருக்குயிரா காதலிக்கிறோம்.

ஆனால் இது எங்க வீட்ல ரெண்டு மாசத்துக்கு முன்னாடி தெரிஞ்சுப் போச்சு. அதனால எங்கேயும் வெளியே போகக் கூடாதுன்னுட்டாங்க. கிராமத்துல இருக்குற எங்க மாமா வந்து 'இவளுக்குக் கல்யாணம் பண்ணிடுவோம். ஏதாவது முரண்டு பிடிச்சா சொல்லுங்க. ரெண்டாம் பேருக்குத் தெரியாம வெட்டிப் புதைச்சுடறேன்னு' சொல்றாரு. அவரு செய்யக் கூடியவருதான். அதனால எங்க சொந்தக்காரங்கள்ளேயே ஒரு மாப்பிள்ளையைப் பார்த்து நிச்சயம் பண்ணிட்டாங்க. இன்னிக்கு மேற்கொண்டு பேசத்தான் எல்லாரும் போயிருக்காங்க. இந்த சான்ஸை விடக் கூடாதுன்னுதான் நான் கிளம்பி வந்துட்டேன்...''

''அதுக்கு மெட்ராசுக்கு ஏன் வரணும்? நீ மோகனை இல்லே போய்ப் பார்க்கணும்?''

''நான் இங்கே வந்ததே மோகனுக்குத் தெரியாது. அவரை என்னால பார்க்க முடியலே. திடீர்னு போய் அவங்க வீட்ல நிக்கவும் முடியாது. உங்க கதைகளை விரும்பிப் படிக்கிற ரசிகை நான். நீங்க எனக்குக் கண்டிப்பா உதவி செய்வீங்க, எங்க வீட்லேயும், அவங்க வீட்லேயும் பேசுவீங்கன்னுதான் வந்தேன். நான் ரெண்டு நாள் இங்கே தங்கறதுக்கு அனுமதியுங்க. நான் டெலிபோன்லே மோகன்ட்ட பேசி வரச் சொல்றேன். எங்க ரெண்டு பேருக்கும் இங்கே கல்யாணம் பண்ணி வச்சுடுங்க. அதற்கப்புறம் அவங்களால ஒண்ணும் பண்ண முடியாது. அங்க உள்ளூர்ல யாருக்கும் தெரியாம இதையெல்லாம் செய்ய முடியாது...''

பிரமித்துப் போய் உட்கார்ந்திருந்தார்கள் கனகமும், வரதராஜனும். எத்தனை துணிச்சல் இந்தப் பெண்ணுக்கு. முன்பின் தெரியாத ஒருத்தியிடம் வந்து... எப்பேர்ப்பட்ட சிக்கலைச் சொல்லிக் கொண்டு இருக்கிறாள்? இதில் இருக்கும் சிரமங்களைப் பற்றி இவளுக்கு என்ன தெரியும்? இளங்கன்று பயமறியாது என்று இதற்குத்தான் சொல்வார்களா?

''என்னங்க இது?'' என்று கணவனைப் பார்த்தாள் கனகா.

''நீ நிறைய காதல் கதை எழுதற இல்லே. அதான்....'' என்றார் வரதன்.

''ஐயோ...'' என்று கீழ்க் குரலில் கடிந்த கனகா, ''இப்ப என்ன செய்யறது?'' என்றாள்.

''ரெண்டே நாள் நான் இங்கே இருந்துக்க நீங்க அனுமதிச்சா போதும். மோகன்ட்ட ஃபோன்லே பேசிடறேன். அவர் வந்துட்டார்ன்னா எல்லாம் சரியாப் போயிடும்...''



அமைதியான மனதிற்கு வழிகள் மூன்று

நம்பிக்கை என்றால் உபாஸனா. உங்கள் செல்வம் தினம் தினம் வளர உறுதியாய் உழைக்கும் நிதிநிறுவனம்.

நேர்மை, நாணயம், மனிதநேயம் என்னும், 'டிவிஎஸ்' ஸின் சீரிய நெறிமுறைகளை கடந்த ஏழு வருடங்களாக பிரதிபலித்து வரும் நிறுவனம். அதிக பலன் தருவதாகக் கூறும் திட்டங்களோடு இணைந்த எந்த அபாயமும் 'உபாஸனா' வின் திட்டங்களில் இல்லை!

உபாஸனா ஃபைனான்ஸ் லிமிடெட்

டிபாஸிட் திட்டங்கள்

திட்டம் 1

[illegible]

காலம் (மாதங்கள்)	வட்டி விகிதம் (ஆண்டிற்கு)
[illegible]	15% [illegible]

திட்டம் 2

[illegible]

காலம் (மாதங்கள்)	வட்டி விகிதம் (ஆண்டிற்கு)
[illegible]	15% [illegible]

* [illegible]

திட்டம் 3 [illegible]

[illegible]

[illegible]	[illegible]			
	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]

** [illegible]

[illegible]

[illegible]

☐ திட்டம் 1 ☐ திட்டம் 2 ☐ திட்டம் 3

பெயர் ....

முகவரி ....

.... போன் ....

[illegible]

அல்லது உபாஸனா பிரதிநிதிகளை அணுகுங்கள் [illegible]

தொடரும் நம்பிக்கையென்னும் 'டிவிஎஸ்' பாரம்பரியம் !

Stimulus/UFL/172/92

''அவர் வருவாரா?''

''கண்டிப்பா. நான் போன் பண்ண வுடனே கிளம்பிடுவாரு. அதுவும் நான் இவ்வளவு தூரம் வந்திருக்கேன்னு தெரிஞ்ச வுடனே பதைச்சுப் போயிடுவாரு...''

''நீ சமீபத்தில எப்போ அவரைப் பார்த்தே?''

''ரெண்டு மாசமாச்சு அவரைப் பார்த்து. நிச்சயமா அவரும் என்னை மாதிரி தவிச்சுக் கிட்டுதான் இருப்பாரு...''

வரதராஜன் யோசனையில் ஆழ்ந்தார். சில நிமிடங்களுக்குப் பிறகு ஒரு முடிவுக்கு வந்தவராக, ''இதோ பாரும்மா, உன் பேரு என்ன...?''

''வினயா...! வினின்னு கூப்பிடுவாங்க அங்கிள்!''

''வினயா, நீ ஏதோ எல்லாம் சுலபமா முடிஞ்சிட்டா மாதிரி பேசுறே. நீ சின்னப் பொண்ணு. ரொம்ப சிக்கலா இந்தக் காரி யத்தை பண்ணியிருக்கே. நீ இங்க ரெண்டு நாள் தங்கறேன்னு வச்சுக்கோ. அங்கே உன்னைக் காணோம்னு உங்க பேரண்ட்ஸ் போலீஸ்ல கம்ப்ளையிண்ட் கொடுப்பாங்க. நீ இங்கே இருக்கறது தெரிஞ்சா...''

''...இல்லே அங்கிள். இவ்வளவு தூரம்...''

''ஷ்... நான் பேசறதைக் கேளு. குறுக்கே பேசாதே. இங்க இவ்வளவு தூரம் யாருக்குத் தெரியப் போகுதுன்னு சொல்லுவே. தெரிஞ் சாலும் தெரியாட்டாலும் அது தப்பு. முறைப்படிதான் செய்யணும். நீயா வந் துட்டே. மேஜர்தான். ஆனாலும் உன்னை இங்கே மறைச்சு வச்சுக்க முடியாது. உன் பிரச்னை தீர்ற வரைக்கும் நீ 'ப்ராப்பரான' இடத்தில் இருக்கறதுதான் சரி...''

''அங்கிள்...''

''பயப்படாதே. உனக்கு எது சரியோ அதைத்தான் செய்யறோம்...'' என்றவர் கனகாவைப் பார்த்து, ''ஜூலி பாஸ்கரைத் தான் உனக்குத் தெரியுமே. அவரைப் போனில் கூப்பிடு!'' என்றார்.

கனகா போனை எடுத்து வந்து நெம்ப ரைச் சுழற்றினாள். வினயா என்ன செய்வது என்று புரியாமல் விழித்தாள். மறுபக்கம் போன் எடுப்பது கேட்டதும்,

''ஹலோ... நான் கனகா பேசறேன்...'' என்றாள்.

ஜூலி பாஸ்கர்தான் போனை எடுத்தார். ''ஹலோ மிஸஸ் கனகா. என்ன இந்த வேளைக்கு...?'' என்றார்.

''இங்கே கொடு நான் பேசறேன்...'' என்று போனை வாங்கிய வரதன், ''குட் ஈவினிங் ஸார்'' என்றார்.

''குட் ஈவினிங்... என்ன விஷயம்'' என் றார் பாஸ்கர் மறுமுனையில்.

வினயாவின் விஷயத்தை விரிவாகச் சொன்னார் வரதராஜன்.

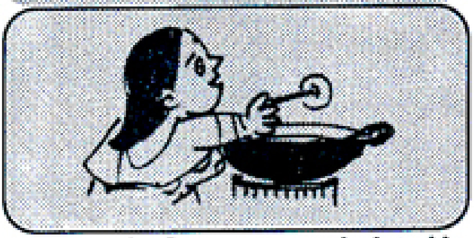
''இதுதான் பிரச்னை. ஒரு வயசுப் பெண்ணை வீட்லே வச்சுக்கறது. அதுவும் யாருக்கும் தெரியாம வச்சிருக்கிறது சரின்னு படலை மிஸ்டர் பாஸ்கர்!''

''நீங்க எடுத்த முடிவு ரொம்ப கரெக்ட் வரதன். நாளைக்கு ஏதாவது ஒரு பிரச்னை, அந்தப் பெண்ணே ஏதாவது பண்ணிக்கிச்சு, இப்படி ஏதாவது பிராப்ளம்னா மேடம் வந்து நிக்கணும். ம்...'' என்று யோசித்தவர்,

''நான் எங்க எஸ்.ஐ.கிட்ட உங்க ஏரி யாவில நல்ல லேடீஸ் ஹாஸ்டல் எதுன்னு பார்க்கச் சொல்றேன். எல்லா ஏற்பாடும் பண்ணிட்டு உங்க வீட்டுக்கு ரெண்டு கான்ஸ் டபிளை அனுப்பறேன். அந்தப் பெண்ணை அவங்களே ஹாஸ்டல்ல பத்திரமா சேர்த் துடுவாங்க. நாளைக்கு அவங்க பேரண்ட்ஸ், அந்தப் பையன் எல்லார்ட்டயும் டெலி

வடைக்கு மாவு கிரைண்டரில் போடும்போது, பச்சை மிளகாய், இஞ்சி அரைபடுவதில்லை. உளுந்தைக் கழுவி கிரைண்டரில் போடுங்கள். இஞ்சி, பச்சை மிளகாய், உப்பு, பெருங்காயம் இவற்றை மிக்ஸியில் போட்டு ஒரு ஓட்டு ஓட்டிவிட்டு கிரைண்டரில் போடுங்கள். அரைபடாத தொல்லையும் இல்லை. காரம், உப்பு எடுப்பாகி நல்ல ருசியாக வடை கிடைக்கும்.

- கமலா



போன்லே பேசி சுமுகமா முடிக்கப் பார்க்க லாம்...'' என்றார்.

''சரி சார்... ரொம்ப தேங்க்ஸ்... உங்க ளுக்குத்தான் ராத்திரி இந்த வேளைக்கு ட்ரபுள் கொடுத்துட்டேன்...'' என்றார்.

''நோ... நோ... இதுவும் என்னோட ட்யூட்டிதான்...'' என்றார்.

போனில் பாஸ்கர் கூறியதை இருவரிட மும் கூறியவர், ''கனகா, இந்தப் பெண்ணை கை கால் முகம் அலம்பிக்கச் சொல்லு. ஏதா வது சாப்பிடறதா இருந்தா சாப்பிடட் டும்...'' என்றார்.

''வா...'' என்று அவளை உள்ளே அழைத்துக் கொண்டு போய் பாத்ரூமைக் காட்டினாள். வெளியே வந்த வினயா, ''எனக்குச் சாப்பாடெல்லாம் ஒண்ணும் வேண்டாம் ஆன்ட்டி. பஸ்லேயே வர் றப்போ சாப்டுட்டேன்...'' என்றாள்.

இரும்பவும் ஹாலுக்கு வந்தார்கள்.

2

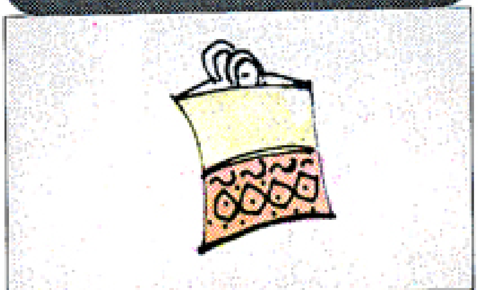
கனகாவின் வீட்டு வாசலில் போலீஸ் ஜீப் வந்து நிற்கும் போது இரவு பதினொன்று. 'சரக்' 'சரக்'கென்ற பூட்ஸ் சப்தத்துடன் உள்ளே நுழைந்தார்கள் இரண்டு போலீஸ்காரர்கள்.

''ஐ'ஆம் முரளி. இங்க எஸ்.ஐ.யா இருக்கேன். இவர் மிஸ்டர் சம்பந்தம். ஹெட் கான்ஸ்டபிள்'' என்றார்.

''வாங்க... உள்ளே. உட்காருங்க...'' என்ற இருவரையும் வரவேற்றார்கள்.

காக்கிப் பேண்ட்டை இழுத்துக் கொண்டு உட்கார்ந்த முரளி, ''ஸார்

> பீரோவுக்கு லைனிங் துணியாக, பயன்படுத்தாத அங்கவஸ்திரங்களைப் பயன்படுத்தலாம் அல்லது பைகளாகத் தைத்து வைத்துக் கொண்டால் திரிந்த பாலை வடிகட்ட, பனீரைத் தயாரிக்க, தானியங்களை முளை கட்ட இந்தப் பைகளைப் பயன்படுத்தலாமே!
>
> – ராஜலட்சுமி



லெவன்த் மெயின் ரோடுல அன்னை லேடீஸ் ஹாஸ்டல்னு இருக்கு. அங்க இந்தப் பொண்ணு மூணு நாள் தங்க பர்மிஷன் வாங்கியிருக்கோம். அதுக்குள்ள பிரச்னையை முடிச்சுடலாம்'' என்றவர், வினயாவைப் பார்த்து,

''ஏம்மா இவ்வளவு துணிச்சலா வந்திருக்கியே, அந்தப் பையன் வருவானா?'' என்று கேட்டார்.

''கண்டிப்பா வருவார் ஸார். நாளைக்குக் காலையில நான் போன்லே பேசறேன். ராத்திரிக்குள்ளே வந்துடுவார். நீங்க எல்லோருமா சேர்ந்து எங்களுக்குக் கல்யாணத்தைப் பண்ணிட்டீங்கன்னா போதும்...'' என்றாள். கொஞ்சம் கூட கலங்காமல் பேசும் அந்தப் பெண்ணைப் பார்க்கும் போது ஆச்சர்யமாக இருந்தது. இது வயசுக் கோளாறா? அல்லது காதல் தந்த தைரியமா?

''அந்தப் பையன் வரலேன்னா...?''

''கண்டிப்பா வருவார். நீங்க வேணா ஒரும் போன் போட்டுப் பேசிப் பாருங்க...''

முரளி சிரித்தார். ''புரியாத பெண்ணா இருக்கியேம்மா...'' என்று ஏதோ தொடர நினைத்தவர், நிறுத்திக் கொண்டார். ''சம்பந்தம்... இந்தப் பெண்ணை ஜீப்லே உட்கார வையுங்க. இதோ நான் வந்துடறேன்...'' என்றார்.

பெட்டியை எடுத்துக் கொண்ட வினயா கனகாவைப் பார்த்து, ''வர்றேன் ஆன்ட்டி. நாளைக்கு நான் வந்து உங்களைப் பார்க்கறேன்...'' என்றாள். பிறகு வரதராஜனைப் பார்த்து, ''வர்றேன் அங்க்கிள்...'' என்றவள் எழுந்து சென்ற சம்பந்தத்தைத் தொடர்ந்தாள். இருவரும் படியிறங்கும் சத்தம் கேட்டது.

முரளி, ''ஸார், இது பாட்டுக்கு என்னவோ சொல்லுது, போன் போட்டா அந்தப் பையன் வருவான்னு. இவங்க வீட்லே இந்தப் பொண்ணை காணோம்னவுடனே அந்தப் பையன் வீட்லேதான் போய்த் தேடுவாங்க. அதுவும் இதோட மாமன் முரடன்னு வேற சொல்லுது. அங்க லோகல் போலீஸ் ஸ்டேஷன்ல கம்ப்ளையிண்ட் கொடுத்தா மொதல்ல அவனைதான் உள்ள வச்சு விசாரிப்பாங்க. இதெல்லாம் சகஜம்னு தெரிஞ்சவுடனே பையன் வீட்டுக்காரங்க பையனை மறைச்சு வச்சுடுவாங்க. இந்த வேளைக்கு ஊர்ப் பூரா சல்லடை போட்டுத் தேடிக்கிட்டு இருப்பாங்க. இந்தப் பொண்ணு சொல்ற மாதிரி வேலை அவ்வளவு சுலபமா முடிஞ்சிடாது...'' என்றார்.

கனகா திகைத்தாள். கதையில் எத்தனை சுலபமாக முடியும் விஷயங்களில் இத்தனைச் சிக்கலா? ''இப்ப என்ன பண்றது? இந்தப் பொண்ணு இப்படி பொறுப்பில்லாம ஓடி வந்துடிச்சே?''

''என்னங்க பண்றது? கதையிலேயும் சினிமாலேயும் இந்த மாதிரியெல்லாம் பண்றாங்கன்னவுடனே அவளும் தைரியமா வந்துட்டா. வந்ததே வந்தா, அந்தப் பையனையும் இழுத்துக்கிட்டு வந்திருந்தா சுலபமா முடிஞ்சிருக்கும்...'' என்று சிரித்தார் முரளி.

''அந்தப் பையனைத்தான் பார்க்கவே முடியலையாமே. இவ இன்னைக்கு இந்தச் சந்தர்ப்பம் கிடைச்சதே பெரிசு, மெட்ராஸுக்குப் போயிடுவோம். அப்புறம் அவனை வரவழைச்சுக் கல்யாணம் பண்ணிக்கலாம்னு வந்திட்டு இருக்கா...''

''பார்க்கலாம்...'' என்று வராந்தாவிற்கு வந்தார் முரளி. வரதன், ''இருங்களேன். நாங்களும் வர்றோம். அந்தப் பொண்ணு ஹாஸ்டல் எங்கேன்னு பார்த்துக்கலாமே'' என்றார்.

''தாராளமா வாங்க. எதுக்கு சிரமம் ராத்திரி பன்னிரண்டு மணிக்கு?'' என்றார்.


சிங்கார் காஜல் – கண்களுக்கு புராதான பாதுகாப்பு.
காஜல் பழமையான ஆயுர்வேத பாரம்பரியப்படி சிங்காரினால் மீண்டும் உருவாக்கப்பட்டுள்ளது.
சிங்கார் கண்மை முக்கியமாக கண்களுக்கு மிகச் சிறந்தது. அது கண் நரம்புகளை சாந்தப்படுத்தி இதமான உணர்வை அளிக்கிறது. மேலும் அதன் கருமையான வெல்வெட் போன்ற பளபளப்பு அழகான கண்களுக்குத் தனிச் சிறப்பான ஒளியை அளிக்கிறது.
Shingar
KAJAL
சிங்கார்
30 வருடங்களாக இந்திய மங்கையரின் இல்லத்தில் இருந்து வருவதே சிங்காரின் தரத்திற்கு அத்தாட்சி.


"மிஸ் இந்தியா" கோல்டு கவரிங் நகைகள்!
ரூ. 50 / – க்கு மேல் நீங்கள் வாங்கும் பொருட்களுக்கு ஒரு பரிசு உண்டு
உண்மையான உத்தரவாதத்துடன் கூடிய ஒரிஜினல் சிதம்பரம் கோல்டு கவரிங் நகைகள் வாங்க ஒரே நம்பிக்கையான இடம் "மிஸ் இந்தியா" தான் ! நல்ல டிசைன்களை, நியாய விலைக்கு வாங்க இன்றே விஜயம் செய்வீர்! உங்கள் தேவையறிந்து சேவை செய்ய காத்திருக்கிறோம்!
மிஸ் இந்தியா
கோல்டன் பிளாசா, ரங்கநாதன் தெரு.
(மாம்பலம் ரயில் நிலையம் சமீபம்) சென்னை –17.

''பரவாயில்லை. நான் என் கார்லே வர்றேன். இருங்க, ஷர்ட் போட்டுக்கிட்டு வந்துடறேன்'' என்று உள்ளே வந்தார். கனகம் பின்னாலேயே வந்தாள்.

''நான் கூட வரட்டுமா?''

''வேணாம். நான் பார்த்துட்டு வந்துடறேன். நமக்குத் தெரியுமோ தெரியாதோ, இந்தப் பொண்ணு பத்திரமா எங்கேயாவது ஓரிடத்திலே போய்ச் சேர்ற வரைக்கும் நம்ப பொறுப்பாயாச்சு. போலீஸ்காரங்களோட ராத்திரி பன்னிரெண்டு மணிக்கு அனுப்பறப்ப, கூட போயிட்டு வந்துடறது நல்லது. நீ இரு. நான் வந்துடறேன்...'' என்று கார் சாவி எடுத்துக் கொண்டு கிளம்பினார்.

வாசலுக்கு வந்தவள் போலீஸ் ஜீப்பில் அமர்ந்திருக்கும் வினயாவைப் பார்த்தாள். அவள் ஏதோ சம்பந்தத்திடம் புன்சிரிப்புடன் பேசிக் கொண்டிருப்பது தெரிந்தது. போலீஸ் ஜீப்பும், காரும் புறப்பட்டுச் செல்ல பிரமித்துப் போய் நின்றிருந்தாள் கனகம்.

3

காலை கண் விழித்த போது மேலே தெரிந்த கூரை புதியதாக இருந்தது. எங்கே இருக்கிறேன் நான்? 'சட்'டென்று பார்வையை இறக்கிச் சுற்று முற்றும் பார்த்தாள் வினயா. ஓ.. நேற்றிரவு வந்த ஹாஸ்டல். பெரிய அறையில் வரிசையாக இருந்த கட்டில்களில் ஒன்றில் படுத்திருந்தாள் அவள்.

> கேரட்டோ, பீட்ரூட்டோ, வேறு காய்கறிகளோ இரண்டு மீந்து விட்டால் வதக்கி, இரண்டு பச்சை மிளகாய், தேவையான அளவு புளி சேர்த்துச் சட்டினியாக அரைத்து விடுங்கள். டிபனுக்குத் தொட்டுக் கொள்ள நன்றாக இருக்கும்.
> - கி. மஞ்சுளா



எதிரே தெரிந்த சுவர்க் கடிகாரத்தில் மணி பார்த்தாள். நாலரை.

எப்போதும் அவள் கண் விழிக்கும் நேரம். ஆனால் இங்கே யாரும் இந்த நேரம் எழுந்திருக்க மாட்டார்கள் போலிருக்கிறது. இழுத்துப் போர்த்திக் கொண்டு முகமே தெரியாமல் தூங்கும் மற்ற இருவரையும் பார்த்தாள். ஒருத்தி கல்யாணி. ஸ்டேட் பாங்கில் வேலை பார்க்கிறாள். சொந்த ஊர் மதுரையாம். மாற்றலாகி வந்திருக்கிறாள். இன்னொருத்தி வாணி. பிரைவேட் கம்பெனி. ஏதோ பெயர் சொன்னாள். எம்.டி.க்குப் பி.ஏ.வாம். இதெல்லாம் நேற்றிரவு தூக்கக் கலக்கத்தில் அறிமுகப் படுத்திக் கொண்டது.

போலீஸ்காரர்கள் இருவரும் இரவு இவளை விட்டு விட்டுப் போனார்கள். வார்டன் போல இருந்த அந்தப் பெண் புன்னகைக்கக் கூட இல்லை. வெறும் தலையாட்டலோடு சரி. வரதன் அங்கிள் ''பத்திரமா இரும்மா. காலையில் வருகிறேன்'' என்று சொல்லி விட்டுப் போனார். வரும்போதே ஜீப்பில் முரளி,

''இதோ பாரும்மா. உன்னைக் கட்டாயக் கல்யாணம் பண்ணப் போறாங்கன்னு வந்துட்டே, ரெண்டு நாள்ள பேரண்ட்ஸ் கிட்ட ஒப்படைச்சுடுவோம்னு சொல்லித்தான் இடம் கேட்டிருக்கேன். உன் லவ் விவகாரம்லாம் அங்கே பேசாதே!'' என்றார்.

அதனால் அவர்கள் போன பிறகு வார்டன் அவளை விசாரித்த போது ஒன்றும் சொல்லவில்லை. ''எனக்கு நிச்சயம் பண்ண மாப்பிள்ளையைப் பிடிக்கல. சொன்னா அப்பா கேக்கலை. அதான் வந்துட்டேன்'' என்றாள்.

வார்டன் சலித்துக் கொண்டார். ''என்ன இந்தக் காலத்துப் பசங்களோ, போ. சரி சரி இங்க எல்லாரும் வேலைக்குப் போற லேடீஸ். அதனால காலையில அவங்க குளிச்சுட்டுக் கிளம்பினப்புறம் நீ குளிக்கக் கிளம்பு. ரெண்டு நாள்தான். அப்புறம் முக்கியமான விஷயம். நீ பாட்டுக்கு ஏதாவது பண்ணிக்கிட்டு தொலைக்காதே. எதுவானாலும் இங்கேருந்து போனப்புறம் பண்ணிக்கோ. இந்த ஹாஸ்டல் இருபது வருஷமா நல்ல பேரோட நடந்துக்கிட்டு இருக்கு. நீ அதைக் கெடுத்துடாதே. தெரிஞ்சுதா?'' என்று அதட்டினாள்.

வினயா வெறுமனே தலையசைத்தாள்.

''போலீஸ்காரங்க கேக்கறப்ப இடம் இல்லைன்னு சொன்னா அதனாலே நிறையப் பிரச்னை வரும்னுதான் கொடுத்தேன். நல்ல பிள்ளையா இருந்துட்டு ஊரைப் பார்க்க போய்ச் சேரு. சரி, போய்ப் படுத்துக்க...'' என்றவள், அவளுக்காக அப்போதுதான் ஒரு அறையில் அட்ஜெஸ்ட் செய்து போட்டிருந்த கட்டிலைக் காட்டி



னாள். அறையில் தங்கியிருந்த பெண்களை அறிமுகப்படுத்தினாள்.

''கல்யாணி, ரெண்டு நாளைக்கு இவ இங்க்ஸ் இங்க இருக்கட்டும். இவளால ஜாஸ்தி உங்களுக்குத் தொந்தரவு இருக் காது'' என்றாள் சமாதானமாக.

''பரவாயில்லை மேடம்...'' அந்தப் பெண் தலையாட்டினாள்.

''சரி, எல்லார் தூக்கத்தையும் கெடுத் தாக்க. படுத்துக்குங்க...'' என்று அவளே இரவு விளக்கைப் போட்டு விட்டு அறை விளக்கை அணைத்து விட்டுப் போனாள்.

காலையில் மூன்று மணிக்கு எழுந்து, அம்மா அப்பா கிளம்பிப் போன பிறகு, கிடைத்த சந்தர்ப்பத்தை நழுவ விடாமல் கிளம்பி வந்தது பெரிய கதை. அலைச்சலும், மனக் குழப்பமுமாக சேர்ந்து உடம்பை அடித்துப் போட்டது. படுக்கையில் சாய்ந்த வள் இப்போதுதான் கண் விழிக்கிறாள்.

வினயா படுக்கையில் எழுந்து உட் கார்ந்து கொண்டாள். சாதாரணமாக இதுவே கோயமுத்தூராக இருந்தால் 'ப்ளக் ப்ளக்' என வாசல் தெளிக்கும் சத்தமும், வறட் வறட்டென பெருக்கும் சத்தமும்

வெங்காய பஜ்ஜி

வெங்காய பஜ்ஜி எல்லோருக்கும் தெரிந்ததுதானே என்கிறீர்களா? சிலருக்குப் போடும்போது கருள் பிரிந்து கொண்டு சரியாக வராது. அப்படி வராதிருக்க சிறிய வெங்காயத்தை உரித்துக் கொண்டு 2 டீஸ்பூன் அளவு எண்ணெய் விட்டுக் கொஞ்சம் வதக்கிக் கொண்டு பிறகு பஜ்ஜி மாவில் போட்டு எடுக்க மணமும் சுவையுமாக இருக்கும். நிறையவும் குழந்தைகளுக்குக் கொடுத்தது போலவும் இருக்குமே! பார்க்கவும் வித்தியாசமாக இருக்கும்.

- நளாயினி



கேட்கும். அம்மா எழுந்து காப்பி போடத் தொடங்கி விட்டிருப்பாள். வீட்டின் பின் புறம் மாடு கறக்கும் சத்தம் கேட்கும்.

வினயா எழுந்து பல் தேய்த்து வரும் நேரம் அம்மா காப்பி கொண்டு வந்து விடுவாள். படிக்கும் குழந்தை என்று அவளுக்குத்தான் எத்தனை செல்லம். தன் தம்பிகள் இருவருக்கும் சேர்த்து வராத படிப்பெல்லாம் இவளுக்கு வந்தது. அம்மாவும், அப்பாவும் போட்டி போட்டுப் படிக்க வைத்தனர். அவளைத் தாம்பாளத்தில் தாங்காத குறைதான்.

கடைசியில் என்ன பிரயோஜனம். மோகனோடு சினிமாவுக்குப் போய் விட்டு தியேட்டரை விட்டு வெளியே வந்த அதே கணம் அப்பா உட்கார்ந்து இருந்த பஸ் அவர்களைக் கடக்க வேண்டுமா? தன்னைப் பொத்திப் பொத்திப் பாதுகாத்த அப்பா தானா என நினைக்க நினைக்க ஆச்சர்யமாக இருந்தது.

வீட்டிற்கு வந்தவளை பின்னி விட்டார். விளாசிய கம்பு உடைந்தே விட்டது. அம்மா வந்து குறுக்கே விழுந்திருக்கா விட்டால் அன்றைக்கே உயிர் போய் விட்டிருக்கும். நிலக்கடலை விற்ற பணம் கொடுக்க வந்த மாமா அத்தனைக்கும் சாட்சியானார்.

''நீங்க போட்டு உழப்பிக்காதீங்க, மாப்ளே. காதும் காதும் வச்சாப்ல எங்க பக்கம் மாப்ளையை பாக்கறேன். ரெண்டே மாசத்துல கல்யாணத்தை முடிச்சுடலாம். பொட்டப் புள்ளைய படிக்க வக்காதீங்க, வக்காதீங்கன்னு அடிச்சுக்கிட்டேன். கேட்டாத்தானே...?'' வாசலில் போய் 'ப்ளக்' கென்று வெற்றிலைச் சாற்றை உமிழ்ந்து விட்டு வந்தார்.

அழுது அழுது ஓய்ந்தவளை அம்மா கோதிக் கொடுத்தாள்.

''யாருடீ அவன்...?''

''என்னோட படிச்சவர்ம்மா. பேர் மோகன்...''

''என்னா வேலை பண்றான்...?''

''அவங்க குடும்பமே துணி வியாபாரம் பண்றாங்க. பஜார்ல பெரிய கடை வச்சிருக்காங்க. இவரும் இப்ப பிஸினஸை பாத்துக்கறாரு...''

''நம்ம சாதியா...?''

தாயின் மடியில் புதைந்திருந்த தலையை 'இல்லை' என்று அசைத்தாள்.

அம்மா பெருமூச்செறிந்தாள்.

அதற்கப்புறம் வினயாவிற்கு வீடே சிறையானது. ப்ரெண்ட் வீட்டுக்குப் போகிறேன், தையல் கிளாஸுக்குப் போகிறேன் என்ற சொன்ன பொய்யெல்லாம் போயிற்று. யாரோ ஒருவர் வீட்டு விசேஷத்திற்காக எல்லோரும் வீட்டில் போய் விட அதிசயமான தனிமை கிடைத்தது. படியிறங்கிப் போய் தெரு முனையிலுள்ள கடையிலிருந்து மோகன் கடைக்கு போன் செய்தாள். போனை எடுத்ததே மோகன் தான். அவன் குரலைக் கேட்டவுடன் விசும்பி விசும்பி அழத்தான் முடிந்தது.

''ஹலோ வினி நீயா... அழாதே. என்னாச்சு உனக்கு? பத்து நாளா ஆளே காணோம்? காத்தி பார்க்லே நின்னு நின்னு நானும் சிலையாயிடுவேன் போலிருக்கு...''

''மோகன்... அப்பா நம்பளை பார்த்துட்டார். வீட்டை விட்டு வெளியே வர முடியலை. ப்ளீஸ் மோகன்... என்னை எப்படியாச்சும் காப்பாத்துங்களேன்...''

மறுபுறம் மௌனமாகியது. யோசிக்கிறான் போலிருக்கிறது.

''ஹலோ...'' என்றாள் வினயா.

''ம்... கொஞ்சம் பொறுமையா இரு வினி. நான் ஏதாவது பண்ணப் பாக்கறேன். நீ ஒண்ணும் கவலைப்படாதே. என் ஃப்ரெண்டு ரவி இருக்கானே... அவனை ஏதாவது சாக்குச் சொல்லி...'' பேசிக் கொண்டிருக்கும்போதே 'கட்'டாகியது.

அப்பா! அவளிடமிருந்து ரிஸீவரை வாங்கி வைத்தவர் கடைக்காரரைப் பார்த்துப் புன்னகைத்தார். அவளை அழுத்திப் பிடித்துக் கொண்டு வீடு வந்தார். அம்மா ஓடி வந்து அவளை அழைத்துக் கொண்டு போனாள்.

''வேணாங்க... அவ அடி தாங்க மாட்டா... ஒரு வாரமா புள்ள சரியா கூட சாப்பிடறது இல்ல...''

வெறுப்போடு பின்புறம் நடந்தார் அப்பா. வினயா ஒடுங்கிப் போனாள். என்ன செய்யலாம்? இங்கே இருந்தால் கண்டிப்பாக இந்தக் கல்யாணம் நடக்காது. ஒரு மாதமாக யோசித்து மூளை குழம்பியது. அவளுக்குப் படிக்க நிறைய புத்தகங்களைக் கொண்டு வந்து போட்டார் அப்பா. படிக்கக் கூட பிடிக்கவில்லை.

'சட்'டென்று அப்போதுதான் இந்த யோசனை தோன்றியது. அவள் ஒரு போன் செய்தால் கூட தெரிந்து விடும் போது கல்யாணமா நடக்க விடுவார்கள்? மெட்ராஸ் போய் விடலாம். அவளுடைய அபிமான எழுத்தாளர் கனகா இருக்கிறார். இப்போதுதான் இப்படிக் கொடுமைப்படுத்தும் பெற்றோர்களை மீறிக் கல்யாணம் நடக்க உதவி செய்கிறார்களே. கனகா நிச்சயம் உதவி செய்வார். சரி, இதுதான் கரெக்ட்.

வினயா நேரத்தை, நாட்களை எண்ணிக் கொண்டிருந்தாள். மாமா அவர் பக்கத்துக் கிராமத்தில் இருந்து கூட்டி வந்த பையனின் எதிரில் பதுமையாக நின்றாள். நிச்சயதார்த்தம் நடந்த போதும் எதிர்க்கவில்லை. 'பெண் திருந்தி விட்டாள்' எனப் பெற்றோரை நம்ப வைத்தாள்.

பெற்றோர்கள் இரண்டு முறை வெளியே போன போது மௌனமாக இருந்தாள். அவர்கள் முழுமையாக நம்பி விட்டார்கள். மனம் மட்டும் பயத்தில் 'படபட' வென்று அடித்துக் கொண்டது. அவள் வீட்டை விட்டுக் கிளம்பி மோகனைப் போய்ப் பார்த்து நிலைமையைச் சொல்லி விளக்கி அவனைப் புறப்பட வைக்க குறைந்தது இரண்டு மணி நேரம் ஆகும். அதற்குள் அவர்களைப் பிடித்து விடுவார்கள்.

ஒரே வழி, தான் மட்டும் போய் விடுவது. பிறகு மோகனுக்குப் போன் செய்து வரவழைத்துத் திருமணம் செய்து கொள்வது.

பொலபொலவென விடிந்ததைப் பார்த்துக் கொண்டே அமர்ந்து இருந்தாள் வினயா.

எத்தனைச் சலபமாக எல்லாம் முடிந்து விட்டது. திட்டமிட்டபடியே எல்லாம் நடந்து விட்டது. காலையில் பத்து




சபரிமலை செல்லும்
பக்தர்களுக்கு இதுவரை
கிடைத்திராத ஓர்
அரிய வாய்ப்பு!
ஸ்ரீபெட் வாட்டர் பாட்டில்
மற்றும் சபரிமலை பிரசாதம்
கொண்டுவர உடையாத,
அழகான 220 மி.லி. பெட்
ஜார் - இரண்டும் சேர்ந்து
விசேஷ சலுகை விலையில்.
ரூ 25/- மட்டுமே!
சிறப்புத்
தள்ளுபடி
விலையில்
ShriPET
ஸ்ரீபெட்
ஜார்கள்-பாட்டில்கள்
சபரிமலை பக்தர்களுக்கு
ஒரு உற்ற துணை!
உடையாதது – உணவுத் தரம் வாய்ந்தது
சுகாதாரமானது.
இச்சலுகை
ஸ்டாக் உள்ளவரை மட்டுமே.
இச்சலுகையில்லாமலும்
மேற்கண்ட
பொருள்கள்
கிடைக்கும்.
SHRIRAM GROUP COMPANIES
MADRAS
ஸ்ரீபெட்
ஸ்ரீராம் நிறுவனத்தின்
தரமான தயாரிப்பு
விநியோகிஸ்தர்கள் :
ஸ்ரீராம் சேல்ஸ் இன்டர்நேஷனல்.
AAA/SSI/92/21

மணிக்கெல்லாம் மோகன் கடைக்கு வந்து விடுவார். போன் செய்தவுடன் கிளம்பி னால் கூட இரவுக்குள் வந்து விடுவார்.

நினைக்க நினைக்க இனிப்பாக இருந் தது. மோகனுடனான வாழ்க்கை எத்தனை அற்புதமாக இருக்கும். பி.எஸ்ஸி. இரண்டா வது ஆண்டில் பிராக்டிகல் வகுப்புக்களில் புரியாதவற்றை மோகன்தான் சொல்லிக் கொடுப்பான். அவனுடைய மென்மையான சுபாவமும், கண்யமாகப் பழகும் முறை யும்... முரட்டுத்தனமான வினயாவின் வீட்டு ஆட்களிலிருந்து முற்றிலும் வித்தி யாசமான ஆண்.

கல்லூரி இருக்கும் வரை பிரச்னையே இல்லை. இருவரும் அமர்ந்து மணிக் கணக்கில் பேசிக் கொண்டு இருப்பார்கள். இப்போது நினைக்கும் போது கூட ஆச்சர்ய மாக இருக்கும். அப்படி என்னதான் பேசி னோமோ? சந்தோஷம் மட்டுமே நிறைந்த நேரங்கள். சில நேரம் அவன் கையைத் தொட்டு அசைப்பான். உடம்பு முழுக்க மின் சாரம் பாயும். கண்ணெல்லாம் கிறங்கிப் போகும்.

கல்லூரி நாட்கள் முடிந்த பிறகு ஒவ் வொரு முறை சந்திக்கவும் படாதபாடு பட வேண்டியதாகி விட்டது. ஆனால் அம்மா விடம் பொய் சொல்லுவது எளிதாகி விட் டது. நாவல் வாங்க, செண்பகா வீட்டுக்குப் போகணும் எனக் கிளம்பி விடுவாள். கஷ்டப்பட்டுச் சந்திக்கச் சந்திக்க அவர்கள் காதல் இறுகியது. பார்த்துக் கொண்டே பேசாமலே கழித்த நாட்கள் எத்தனை... எல் லாமே இந்த அப்பா பார்த்து விட்ட நாள் வரைதான். அப்புறம் அழுது, பொங்கி, உள் ளேயே குமைந்து...

இதோ எல்லாம் முடிந்து விட்டது. மோகன் வந்து விடுவார். இனி அழவே வேண்டாம்...

ஒவ்வொருவராக எழுந்து காலை வேலைகள் ஆரம்பிப்பதைப் பார்த்துக் கொண்டிருந்தாள் வினயா. கல்யாணி புன்ன கையோடு அவளைத் தட்டிக் கொடுத் தாள்.

''விவி, நீ பிரேக்ஃபாஸ்ட்டுக்கு எங்க ளோடு ஜாயின் பண்ணிக்கோ. வா, வந்து குளி'' என்றாள்.

''வேண்டாம். உங்களுக்கு இடைஞ்சல் கொடுக்கக் கூடாதுன்னு வார்டனம்மா சொன்னாங்க. நா அப்புறமா குளிக்கக்க றேன்...''

''ஓ... பார்வதியம்மா கட்டளை. நோ, நோ... நீ ஒருத்தி குளிக்கறதாலே டைம் ஆயி டாது. எழுந்து வா...'' என்றாள் வாணி தலைவாரிக் கொண்டே.

அவர்களின் வற்புறுத்தலுக்காக எழுந் தாள் வினயா.

4

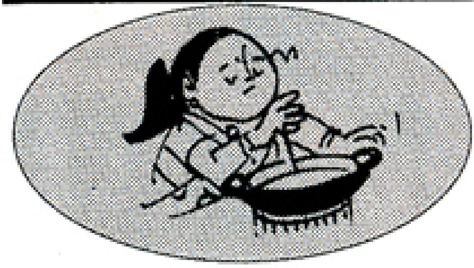
'அன்னை லேடீஸ் ஹாஸ்டல்' என்ற போர்டை பார்த்துக் கொண்டே இறங்கி னாள் கனகம். வரதனும் காரை விட்டு இறங் கினார். இன்றைக்கு அலுவலகத்திற்கு லீவு போட்டிருந்தார்.

முரளி காலையில் போன் செய்தார். ''தொந்தரவு செய்யறதுக்கு மன்னிக்கணும். அந்தப் பொண்ணை உங்க வீட்டுக்குக் கூட்டிட்டு வர்றோம். உங்க வீட்லேயிருந்து அந்தப் பையனுக்கு ஃபோன் 'ட்ரை' பண்ண லாம்'' என்றார்.

''இல்ல நாங்களே ஹாஸ்டலுக்கு வர் றோம். நீங்களும் வந்துடுங்க. எங்கேயாவது

தனியாவை சிறிதளவு நெய் விட்டு வறுத்துப் பொடி செய்து சாம்பார் செய்து முடித்தவுடன் இந்தப் பொடியைப் போட்டு மூடி வைத்தால் சாம்பார் நல்ல மணமாக இருக்கும்.

– லக்ஷ்மி சுந்தரம்



எஸ்டிடி போடலாம்'' என்றார்.

''நான் அப்ப பத்து மணிக்கு வர்றேன்'' என்று போனை வைத்து விட்டார் முரளி.

வாசலிலேயே நின்றிருந்தாள் வினயா. இவளைப் பார்த்தவுடன் ''வாங்க ஆன்ட்டி'' என்று முகமலர்ச்சியுடன் வரவேற்றாள்.

''என்னம்மா... என்னை எதிர்பார்த்துக் கிட்டு நின்னியா?''

''ஆமாம் ஆன்ட்டி.''

குளித்துப் புடவையில் இருந்தாள் வினயா. முகம் 'பளிச்'சென்று இருந்தது.

''ராத்திரி தூங்கினியா?''

''ம் தூங்கினேன். உள்ளே வார்டன் இருக்காங்க. வாங்க...'' என்று அழைத்தாள்.

கனகாவும், வரதனும் வார்டன் அறைக் குள் நுழைந்தனர். ஏதோ எழுதிக் கொண் டிருந்த பார்வதி இவர்களைப் பார்த்தவுடன் தலையசைத்தாள்.

ஆவலைத் தூண்டும் வற்றல் குழம்பா? உடனே ரெடி!



ஆம்! கோத்ரெஜ் டாமரிண்ட் ப்யூரி இருக்கையில் என்ன கவலை? புளியை நனைத்துக் கரைத்து வடிகட்டி ஏன் அவஸ்தைப்பட வேண்டும்? நீங்கள் செய்ய வேண்டியதெல்லாம், எப்போதும்போல் வாணலியில் எண்ணை விட்டு, வற்றல் குழம்பிற்கு வேண்டியவற்றை தாளித்துக் கொண்டு இரண்டு கோப்பை நீர் விட்டு சாம்பார் பொடி, உப்பு முதலியவற்றைப் போட்டு சிறிது கொதிக்கவிடவும். பின்பு தேவையான அளவு டாமரிண்ட் ப்யூரியையும் போட்டு ஒரு கொதி வந்ததும் இறக்கினால் கமகமவென்று மணக்கும் வற்றல் குழம்பு உடனே ரெடி!



புளியோதரை

கோத்ரெஜ் டாமரிண்ட் ப்யூரி என்பது புத்தம்புது புளியிலிருந்து எடுக்கப்பட்ட கெட்டியான சாறு. உபயோகிக்கத் தயார் நிலையிலே வருகிறது. தவிர இதிலே பாதுகாக்கும் பொருட்களோ, செயற்கை நிறங்களோ சேர்க்கப்படவில்லை. அதனால் இது அசல் புளியின் சுவையுடனும், மணத்துடனும் இருக்கும்.

வற்றல் குழம்பைப்போலவே புளிக்காய்ச்சல், மிளகு குழம்பு, புளிப்பச்சடி போன்றவற்றையும் இதைக் கொண்டு மிக விரைவாக சுவைபடத் தயாரிக்கலாம்.



புளிப் பச்சடி

டாமரிண்ட் ப்யூரி அதிநவீன அழகிய டெட்ரா பேக்கிலே வருகிறது. பேக்கைத் திறந்த பின் இதை ஃப்ரிட்ஜில் 6 நாட்களுக்கு வைத்திருக்கலாம்.

இன்னும் ஏன் தாமதம்? இன்றே சென்று சில பேக்குகளை வாங்குங்கள்.

பாதுகாக்கும் பொருட்களோ, செயற்கை நிறங்களோ சேர்க்கப்படவில்லை.
அதனால் பேக்கைத் திறந்தபின் இதை ஃப்ரிட்ஜில் வைத்து
6 நாட்களுக்குள் உபயோகிக்கவும்.



Godrej FOODS

டாமரிண்ட் ப்யூரி.

புளியின் அசலான சுவை, தொல்லையிலிருந்து விடுதலை.

தமிழ்நாட்டில் மட்டும் கிடைக்கிறது.

Enterprise/GFL/481 Tm

''நீங்கதான் நாவலாசிரியை கனகா வரதராஜனா?''

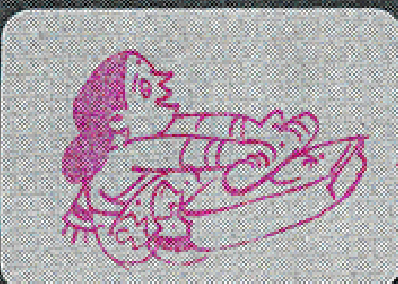
''ஆமாம். இவர் என் கணவர் மிஸ்டர் வரதராஜன். பேங்க்ல ஒர்க் பண்றார்.''

''ஐ.ஸி...'' என்றவள் வினயாவைப் பார்த்து, ''இன்ஸ்பெக்டர் வர்றாரான்னு பாரு. வந்தா கூட்டிக்கிட்டு வா'' என்று அவளை அனுப்பி விட்டு இவர்களைப் பார்த்தாள்.

''ஏம்மா, இவ்வளவு பெரிய 'ரிஸ்க்'கை எடுத்துக்கிட்டு இருக்கீங்க. இந்தப் பொண்ணுக்கு யாரு கார்டியன் இப்போ? இது ஏதாவது பீச்சுக்குப் போய் கடல்ல வுழுந்தது.. இல்ல இங்கேயே ஏதாவது பண்ணிக்கிச்சு எல்லாரும் இல்ல போய் நிக்கணும்... அவங்க அம்மா, அப்பா நாளைக்கு நம்பள... ஏன் உங்களை கேக்க மாட்டாங்க? ஏம்மா எவ்வளவோ பேசறீங்க. அந்தப் பொண்ணுக்கு நல்ல புத்தி சொல்லி

நாம் எந்தத் துவையலை அரைத்தாலும் அத்துடன் கூட கொஞ்சம் கொத்துமல்லித் தழையைப் போட்டு அரைத்தால் மிகவும் சுவையாக இருக்கும்.

- ஜானகி ராமசந்திரன்



அனுப்பக் கூடாதா? ஸாரி... நான் உங்களைக் கஷ்டப்படுத்தணும்னு கேட்கலை... எல்லாருக்கும் ரிஸ்க்கா இப்படி இந்தப் பொண்ணு பண்ணுதேன்னுதான்...''

''நீங்க சொல்றது வாஸ்தவம்தான். ஆனா நான் என்ன பண்ண முடியும் சொல்லுங்க. திடீர்னு ராத்திரி ஒன்பது மணிக்கு வந்து நிக்கறா... நான் ஊர்லே இருந்தேன், ஏதோ ஏற்பாடு பண்ணினேன். நிறைய சமயம் மீட்டிங்குக்கு, இவரோட கான்ப்ரன்ஸ்க்குன்னு போயிடுவேன். அப்படி ஒரு சமயம் வந்திருந்தான்னா... நினைக்கவே பயமா இருக்கு... ராத்திரி ஒரு வயசுப் பொண்ணு முன்பின் தெரியாத மெட்ராஸ்ல... இதைத்தான் நானும் இவரும் ராத்திரிலேர்ந்து பேசிக்கிட்டு இருக்கோம்...'' என்றாள் கனகம்.

அவளையே யோசனையோடு பார்த்த பார்வதி, ''எப்படியோ போலீஸ்கிட்டே சொல்லி ரெண்டு நாள்ள ஏதாவது பண்ணச் சொல்லுங்க. இவ இருக்கிற வரைக்கும் எனக்கும் தொந்தரவுதான்'' என்றாள்.

அதே சமயம் உள்ளே நுழைந்த முரளி, ''குட்மார்னிங்'' என்றார். அவர் பின்னாடியே மலர்ந்த முகத்துடன் வினயா வந்தாள்.

நான்கு பேருமாகக் காரில் பொதுத் தொலைபேசிக்குப் போனார்கள். வினயாவையே விட்டு மோகனுக்குப் பேசச் சொன்னார்கள். பலமுறை அவள் முயற்சி செய்தும் போன் கிடைக்கவில்லை. சில சமயம் போன் எடுக்கப்பட்டு வைக்கப்பட்டு விட்டது. வினயா மெதுவாகக் குழப்பமடையத் தொடங்கினாள்.

''நான்தான் சொன்னேனேம்மா. அவ்வளவு ஈஸியா நீ நினைக்கிற அளவுக்குச் சுலபமா முடியற விஷயமில்லே...'' என்றான் முரளி.

எவ்வளவு நேரம் பொதுத் தொலைபேசி இடத்தில் உட்கார்ந்திருப்பது? கனகாவின் முகம் பரிச்சயமானவர்கள் அவளிடம் வந்து பேச ஆரம்பித்தார்கள்.

''வீட்டுக்கே போயிடலாம்ங்க. அங்கேருந்தே ட்ரை பண்ணலாமே?'' என்றாள்.

நான்கு பேரும் வீட்டிற்கு வரும் போது மணி ஒன்றாகி விட்டது. வரும்போதே முரளி சொல்லிக் கொண்டு வந்தார்.

''ஐ.ஜி. அய்யா கோயம்புத்தூருக்குப் பேசி இருக்காருங்க. அங்கே இவங்க ரெண்டு பேர் அட்ரஸ்ஸும் கொடுத்து, ஸ்டேஷன்லேர்ந்து மஃப்டிலே ஆளைப் போட்டு விசாரிக்கச் சொல்லி இருக்காங்க. அந்தப் பையனை ஸ்டேஷனுக்குத் தள்ளிக்கிட்டு வந்து இவங்க கஸ்டடியிலே வச்சுக்கிட்டு என்ன ஏதுன்னு கேக்கச் சொல்லியிருக்காங்க. பையன் சம்மதிச்சுட்டான்னா, இந்தப் பொண்ணை இங்கேர்ந்து கூட்டிட்டு நேரா ஸ்டேஷனுக்கே கூட்டிக்கிட்டு போய் அங்கேயே கல்யாணம் பண்ணி வச்சிடலாம்னு...''

பாஸ்கருக்கு நன்றி சொல்லத் தோன்றியது. பாவம் இளம் நெஞ்சங்கள். எப்படியோ நல்லபடியாக முடித்தால் சரி என்று தான் இருந்தது கனகாவிற்கு. வினயாவின் முகத்தைப் பார்க்கப் பார்க்கப் பாவமாக இருந்தது.

வீட்டிற்கு வந்து போனில் முயற்சி செய்து கிடைக்கவில்லை. முரளி போனைச் சுழற்றினார். கிடைத்து விட்டது போலிருக்கிறது.

''நானுங்களா... மோகனோட க்ளாஸ் மேட் பேசறேங்க. ம்? அப்படியா... சரிங்க...'' என்று வைத்து விட்டார். இவர்களைப் பார்த்து,

''அவன் கடைக்கே வரலியாம். எப்ப வருவான்னும் தெரியாதாம். நான் சொல்லலே... அவ்வளவு ஈஸியா அவன் கிடைக்க மாட்டான். ஒன்னு இந்தப் பொண்ணு வீட்டுக்காரங்க மடக்கி இருப்பாங்க. இல்லே அவங்க வீட்லே ஒளிச்சு வச்சுட்டிருப்பாங்க'' என்றார்.

''ஐயையோ...'' என்றாள் வினயா கலவரத்துடன்.

''என்ன ஐயையோ. நீ பாட்டுக்குக் கிளம்பி வந்துட்டே. இப்ப அந்தப் பையன் பாடுதான் திண்டாட்டம். எல்லாருமா சேர்ந்து அவனை புடிக்க இல்ல நிமித்து வாங்க?'' என்றார் முரளி.

வினயாவிற்குக் கண்களில் நீர் முட்டியது.

''இப்ப அழுது என்ன பிரயோஜனம்? கவலைப்படாதே. ஐ.ஜி. கோயமுத்தூருக்குப் பேசியிருக்காரு. அதனால பையனுக்கு ஒன்னும் ஆபத்து இருக்காது. எல்லாம் கலபமாத்தான் முடியும். சரிங்க. நான் இந்தப் பொண்ணை ஹாஸ்டல்ல விட்டுட்டுப் போறேன். கோயமுத்தூர்லேர்ந்து மெஸேஜ் வந்தவுடனே உங்களை காண்டாக்ட் பண்றேன்...'' என்று எழுந்து கொண்டார்.

முரளியின் மீது நம்பிக்கை வந்து விட்டதால் வினயாவை அவருடன் அனுப்பி வைத்தனர்.

''இப்ப என்னவாகும்?'' என்றாள் கனகா.

''பார்க்கலாம்...'' என்று கையை உயர்த்திச் சோம்பல் முறித்தார் வரதன்.

5

மறுநாள் ஏதும் செய்தியே இல்லை. பாஸ்கரும், முரளியும் ஃபோனில் கிடைக்கவேயில்லை. முதலமைச்சர் பந்தோபஸ்துக்குப் போய் விட்டார்கள் என்று பதில் வந்தது. பாவம், அவர்கள் வேலை அவர்களுக்கு. மாலை வினயாவை வரதராஜன் மட்டும் அலுவலகத்திலிருந்து வரும் போது பார்த்து விட்டு வந்தார். பார்வதிக்கு எல்லா விஷயமும் தெரிந்திருக்கிறது. அவரும் வினயாவை அழைத்துக் கொண்டு போய் எஸ்டிடியில் பேச முயற்சி செய்திருக்கிறார். எப்போது கேட்டாலும், ''மோகன் இல்லை; கடைக்கு வரவில்லை'' என்ற பதில்தான் வந்ததாம்.

வினயாவுக்கு ஆறுதல் சொல்லி விட்டு வந்தேன் என்றார் வரதராஜன். அவர்களும் நம்பிக்கையோடுதான் இருந்தார்கள். போலீஸ் தேடினால் பையன் கிடைக்காமலா போய் விடுவான். அவனைப் பிடித்து, ''என்னடா அந்தப் பெண்ணைக் காதலித்தாயா, கல்யாணம் செய்து கொள்கிறாயா?'' என்றால் முடியாது என்றா சொல்லி விடப் போகிறான்?

இரவு பத்தரை மணிக்குப் போன் செய்தார் முரளி.

''ஸாரிம்மா. நீங்க ரெண்டு நடவை பண்ணீங்களாம். அங்கே... பையன் கிடைச்சுட்டானாம். புடிச்சு விசாரிச்சு இருக்காங்க. பொண்ணு வீட்லேருந்தும் கூப்பிட்டு விசாரிச்சாங்க. பொண்ணு அப்பா, அம்மா ரெண்டு பேரும் சரி இவ்வளவு தூரம் ஆகிப் போச்சு. நாங்க கல்யாணம் கட்டிக் கொடுத்துடறோம்னு சொல்லிட்டாங்களாம். ஆனா பையனைக் கேட்டப்போ, ''அந்தப் பொண்ணு நடத்தை சரியில்லை. அது

தோசைக் கல்லில் தோசை வார்க்க வராமல் ஒட்டினால் ஒரு சிட்டிகை உப்பை தோசைக் கல்லில் போட்டுச் சிறிதளவு எண்ணெய்விட்டுச் சுற்றிலும் தேய்த்து அதை நீக்கிவிட்டுப் பிறகு தோசை வார்த்தால் தோசை நன்றாக எடுக்க வரும்.

- ஜானகி



மொதல்லேருந்தே அப்படித்தான். அதனால சும்மா அப்பத்திக்குப் பழகினேன்னு சொன்னானாம்...''

''என்னது...?''

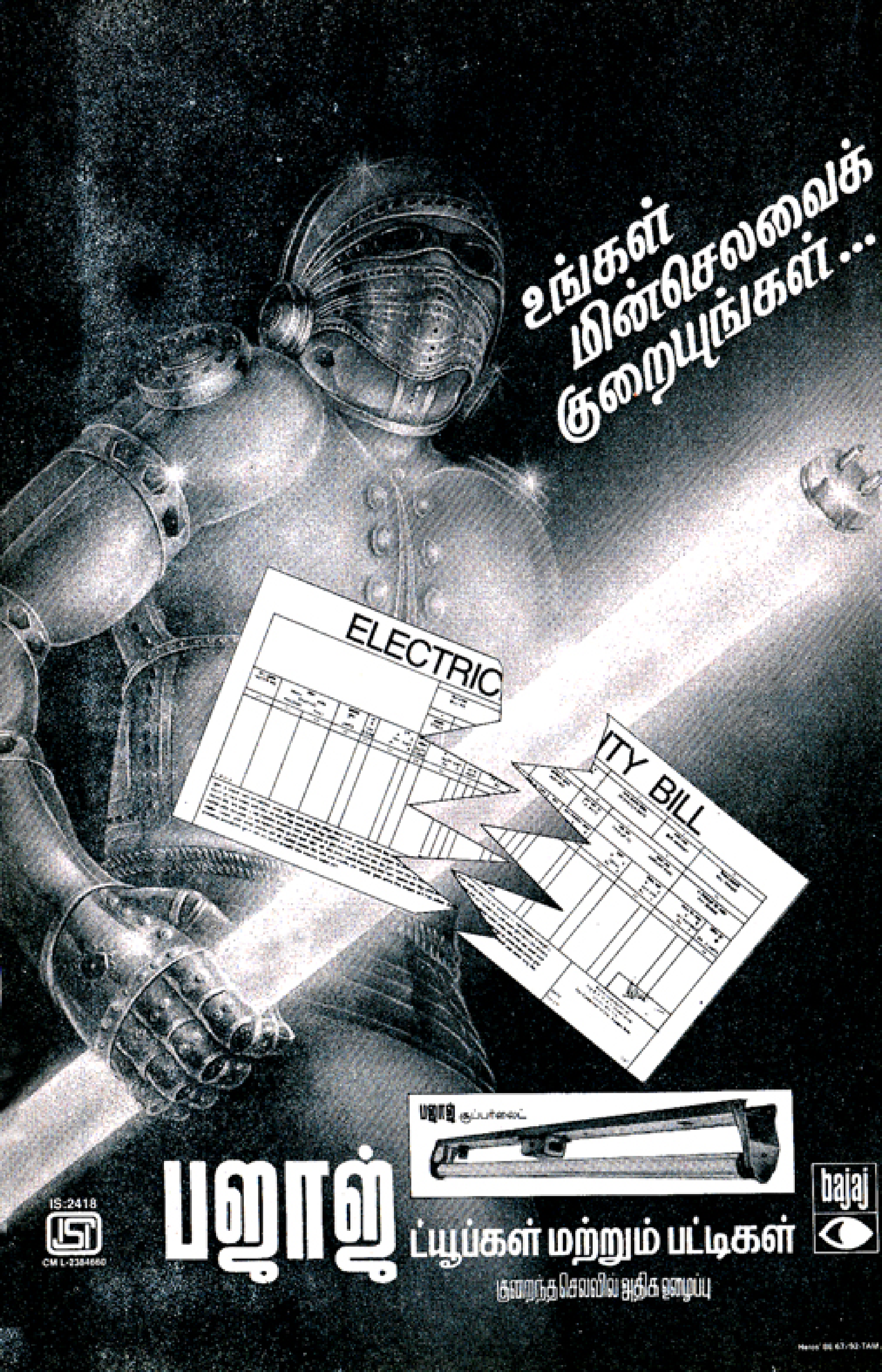
''ஆமாம்மா. இந்தக் காலத்துப் பசங்களே அவ்வளவுதான். சும்மா அந்த வேளைக்கு ஜாலிக்குப் பழகறாங்க. அப்புறம் கல்யாணம்னு வர்றப்போ வுட்டுட்டு ஓடறாங்க. இந்தப் பொண்ணுங்களுக்கு இல்ல அறிவு இருக்கணும்? எவ்வளவு படிச்சு என்னத்தைப் பண்றது சொல்லுங்க?''

''இதை எப்படி அந்தப் பொண்ணுகிட்டே சொல்றது?''

''இப்ப சொன்னா அவ்வளவுதான். இங்கியே ஏதாவது பண்ணிக்கிடும். அப்புறமா நாம்ப இல்ல பதில் சொல்லணும். ரெண்டு லேடி கான்ஸ்டபிளைக் கூடப் போட்டு கோயமுத்தூர் அனுப்பிடறோம்.


கோரஸ் எரேஸ்-எக்ஸ் புரியும் ஜாலம்
பிழைகள் மாயமாய் மறையும்!
கோரஸ் எரேஸ்-எக்ஸ் கொண்டு எதையும் சுத்தமாக நீக்கலாம். பிரஷ்ஷை எடுத்து ஒரு முறை தடவினால் போதும்-பிழைகள் மாயமாய் மறைந்து விடும். கைவசம் ஒரு பாட்டில் வைத்திருங்கள். அலுவலகம் , வீடு எவ்விடத்திலும். ஸ்டேஷனரி மற்றும் ஜெனரல் ஸ்டோர்களில் கிடைக்கிறது.
Kores
Eraz-ex
CORRECTION FLUID
15 ml
கோரஸ்
கோரஸ் (இந்தியா) லிட்., பம்பாய் 400018
இந்தியாவெங்கும் கிளைகள் உள்ளன
இது கோரஸ் மாயாஜாலம்!
AKA/565 -TM


The master tilting wetgrinder
SHARAVANA
ONE YEAR GUARANTEE
Mfrs :
SHARAVANA ENGINEERING INDUSTRIES
DR. AMBEDKAR ROAD, VELANDIPALAYAM P.O
COIMBATORE - 641 025 PHONE : 45118, 45117
Branch : Dadar, Bombay Ph : 4111490, 4114778
V.G.P. Sion, Bombay Ph : 4091092, 4073804
Tamilnadu Stores, Karol Bagh, New Delhi Ph : 5722320
Aarifi Shop, Main Road Vizag Ph : 54361, 54524
Gupta Distributors, Pithapur Road Cuttack Ph : 20749
M S Pande & Sons Variety Square Nagpur Ph : 524097


உங்கள்
மின்செலவைக்
குறையுங்கள் ...
ELECTRIC
TY BILL
பஜாஜ்
ட்யூப்கள் மற்றும் பட்டிகள்
குறைந்த செலவில் அதிக உழைப்பு
bajaj
IS:2418

அங்கே நேரா ஸ்டேஷனுக்குப் போகட்டும். பொண்ணோட அப்பா, அம்மாவை அங்கே வரவழைக்கிறேன்னு எஸ்.பி. அய்யா சொன்னாராம். பையனையும் கூப்பிட்டு இருக்காரு. எல்லோர் எதிர்லேயும் திருப்பி ஒரு தடவை பேசிப் பார்க்கறாராம். ஒண்ணும் சரிப்பட்டு வரலேன்னா பேரண்ட்ஸ்கிட்டே அந்தப் பொண்ணை ஒப்படைச்சுடறேன்னு சொன்னாரு...''

''என்ன அநியாயம். காதலிச்சுட்டு அவ்வளவு நம்பிக்கையை அந்தப் பொண்ணுக்குக் கொடுத்துட்டு இப்ப இப்படி அயோக்கியத்தனமா பேசறதா? அவனைக் கட்டாயப்படுத்திக் கல்யாணம் பண்ணி வைக்க முடியாதா?'' கனகா கொதித்தாள்.

முரளி அந்தப் பக்கம் சிரித்தார். ''எம்மா, அந்தப் பொண்ணு நடத்தையே சரியில்லைங்கறான். அவனை அடிக்கவா முடியும்? அவன் தைர்யமா நின்னான்னா நாம மத்தவங்களை மிரட்டிக் கல்யாணம் பண்ணலாம். அவனே முடியாதுங்கறானே...''

கனகம் பெருமூச்செறிந்தாள். ''அவங்க அம்மா வீட்டுக்கே அந்தப் பொண்ணு போச்சுன்னா அடிச்சே கொன்னுடுவாங்களே...?''

''அதையும் எஸ்பி அய்யா சொல்லிட்டாரு. அவங்ககிட்டே ஒரு ஸ்டேட்மெண்ட் வாங்கிக்கிடலாம். அந்தப் பொண்ணுக்கு ஏதாவது ஆச்சுன்னா அவங்கதான் பொறுப்புன்னு எழுதி வாங்கிக்குவாரு. அது தவிரவே நல்லவிதமா புத்தி சொல்லி அனுப்பறேன்னாரும்மா. நீங்க கவலைப்படாதீங்கம்மா. நான் காலையில பொண்ணை அனுப்பி வைக்கிறேன்...''

காலையில் நான்கு மணிக்கே ஜீப் வந்து விட்டது, வினயாவை அழைத்துச் செல்ல. முரளி இரண்டு பெண் போலீஸ், ஒரு வயதான கான்ஸ்டேபிளுடன் வந்திருந்தார். வினயா,

''என்ன ஸார், திடீர்னு வந்திருக்கீங்க? கனகா ஆண்ட்டிக்கிட்டே சொல்ல வேண்டாமா?'' என்றாள்.

''நான் ராத்திரி பேசிட்டேன்மா. ஆறு மணிக்கு ட்ரெயின். அவங்களை தொல்லைப்படுத்துவானேன். நீ கிளம்பு. ஊருக்குப் போய் லெட்டர் எழுது'' என்றார் முரளி.

பிறகு சொன்னார், ''நீ கோயமுத்தூர்ல இறங்கினவுடனே நேரா எஸ்பி ஆபீஸுக்குத்தான் போவே. அங்கே அம்மா, அப்பா, மோகன், அவங்க வீட்டுக்காரங்க எல்லாரும் இருப்பாங்க. எல்லாரையும் வச்சுக்கிட்டு பேசி நல்ல முடிவெடுப்பாரு அய்யா'' என்றா.

முட்டைகோஸ் பஜ்ஜி

பஜ்ஜிக்கு நறுக்கிய வெங்காயத்தின் இரண்டு பக்கமும் இரண்டு வட்டமான கோஸ் இலைகளை வைத்து எண்ணெயில் பஜ்ஜி மாவில் தோய்த்துப் போடுங்கள். கோஸ் இலைகளை 5 அல்லது 6 எடுத்துக் கொண்டு சிறிய எவர்சில்வர் டப்பாவை அதன்மேல் கவிழ்த்து நன்றாக உள்ளங்கையால் அழுத்தினால் கோஸ் இலைகள் வட்டமாகக் கிடைக்குமே. கோஸ் வாசனை பிடிக்காதவர்கள் கூட இந்த பஜ்ஜியை விரும்பிச் சாப்பிடுவார்கள்.

- நளாயினி



வினயா முகமலர்ந்தாள். ''சரிங்க ஸார். நான் கல்யாணத்துக்கு இன்விடேஷன் அனுப்பறேன். கண்டிப்பா நீங்க எல்லாரும் வரணும். ஆன்ட்டி, அங்க்கிள்கிட்டே கூடச் சொல்லிடுங்க. கண்டிப்பா அவங்களையும் கல்யாணத்துக்கு வரச் சொல்லுங்க'' என்றபடியே சென்ட்ரல் ஸ்டேஷனில் இறங்கினாள்.

பரிதாபமாகச் சிரித்தார் முரளி. பிறகு தனியாக இரண்டு பெண் கான்ஸ்டபிள்களையும் அழைத்தார். தணிந்த குரலில், ''அந்தப் பொண்ணை பத்திரமா பார்த்துக்குங்க. கோயமுத்தூர் போய் எஸ்பிகிட்டே ஒப்படைக்கற வரைக்கும் உங்க பொறுப்பு. அதுகிட்டே ஜாஸ்தி பேச்சு கொடுக்க வேணாம். ஏதாவது டிரெயின்லேர்ந்து விழுந்து தொலைக்கப் போகுது. எல்லோரும் போய் நிக்கணும் அப்புறமா'' என்று எச்சரித்தார்.

''சரிங்க ஸார்'' என்று தலையாட்டினார்கள் இருவரும். ஆயிரம் கனவுகளுடன் உற்சாகமாக வண்டியேறினாள் வினயா. வண்டி ஓடியதா, பறக்கிறதா என்றே தெரியவில்லை அவளுக்கு.

6

நெருப்புத் துண்டங்களை வாரி அபிஷேகம் செய்தாற் போலத் துடித்துப் போனாள் வினயா. எஸ்பி அலுவலகம் தலைகீழாய்ச் சுற்றுவது போலிருந்தது.

கம்பீரமாக அமர்ந்திருந்த எஸ்.பி. ராஜுவேலு, ''இதோ பார் வினயா... வினயா...'' என்று தோளைத் தட்டி அதட்டினார்.

இத்தனை நேரம் தாய் தந்தை யாரையும் லட்சியம் செய்யாமல் மோகனையே பெருமிதத்துடன் பார்த்துக் கொண்டிருந் தவள், அவன் வாயிலிருந்து வந்த வார்த்தைகளைக் கேட்டவுடன்...

பொடிப் பொடியாகிப் போனாள். மலை போல இறுகியிருந்த நம்பிக்கை எரிமலையாக வெடித்தது. கண்களில் பூச்சி பறந்தது. அப்படியே மடித்து உட்கார்ந்தவள் கதறியழுதாள்.

அவளுடன் வந்த பெண் கான்ஸ்டபிள்கள் இருவரும் ஓடி வந்தனர். ராஜுவேலு கையசைத்தார், ''அழட்டும் விட்டு விடுங்கள்'' என்பது போல. வினயாவின் அப்பாவும், அம்மாவும் கல் போல உறைந்து போய் இருந்தார்கள். மோகனின் பாதுகாப்பிற்காக வந்திருந்த அண்ணன்மார்கள் முகத்தைத் திருப்பிக் கொண்டார்கள்.

அழுது அழுது களைத்துப் போய் விசும்பிய வினயாவை, ''எழுந்திரும்மா. இப்படி நாற்காலியில் உட்காரு'' என்றார் ராஜுவேலு கனிவாக. அவருடைய டேபிளுக்குப் பக்கத்தில் இருந்த நாற்காலியில் தலைகுனிந்து அமர்ந்திருந்தாள் வினயா.

''இதோ பாரு. நடந்தது நடந்து போச்சு. உனக்கு இந்த நிலையில நான் எந்த அறிவுரை சொன்னாலும் ஏற்காது. மனசை தேத்திக்கோ. வீட்டுக்குப் போ. வாழ்க்கை இந்த மாதிரி காதலுக்காக இல்லேம்மா. எவ்வளவோ சாதிக்கிறதுக்கு இருக்கு. இந்த வார்த்தைகளை மட்டும் எப்பவும் ஞாபகம் வச்சுக்கோ'' என்றவர் அவளின் பெற்றோர்களைப் பார்த்து,

''இந்தப் பெண்ணை அடிக்கறது, இல்ட்ரீட் பண்றது இதையெல்லாம் விட்டுடுங்க. இது நீங்க பெத்து வளர்த்த குழந்தை. ரொம்ப நொந்து போயிருக்கா. பெரிய ஆக்சிடெண்ட் ஆகி உடம்பெல்லாம் அடிபட்டு சீரியஸா ஆஸ்பத்திரியில் கிடந்தா பாத்துக்க மாட்டீங்களா? அந்த மாதிரிதான் இதுவும். மனசால ரொம்ப நொந்து போயிருக்கா. நல்லபடியா பாத்துக்குங்க...'' என்றவர் தொடர்ந்து கண்டிக்கும் குரலில், ''நான் அப்பப்ப ஃபாலோ பண்ணிக்கிட்டு இருப்பேன்...'' என்றார்.

துக்கம் தொண்டையடைக்க வார்த்தைகள் வராமல் தலையசைத்தனர் இருவரும்.

''போயிட்டு வாம்மா வினயா'' என்றார் ராஜுவேலு.

எதிர்காலத்திற்கு சேமிக்க வேண்டும் என்ற முடிவை எடுக்க இதுவே தக்க தருணம். ஃபைவ் ஸ்டார் பிஸினஸ் கிரெடிட் லிமிடெட்டில் சேமியுங்கள். இன்றே.

ஃபைவ் ஸ்டாரில் சேமியுங்கள்

ஃபைவ் ஸ்டார் இந்த 8 ஆண்டுகளில் ஒரு சிறந்த ஸ்தாபனமாக வளர்ந்து ஆயிரக்கணக்கான மக்களின் நன்மதிப்பையும் நம்பிக்கையையும் பெற்றுள்ளது.

ஃபைவ் ஸ்டாரின் மறு பெயர் பாதுகாப்பு. உங்கள் பணம் என்றுமே பாதுகாப்புடன் இங்கே தழைத்து வளருகிறது. இக் கம்பெனியின் வளர்ச்சியே அதற்கு ஒரு ஆதாரம். கடந்த ஆண்டுகளுடன் ஒப்பிட்டு பார்க்கையில் டிபாசிட்டுகள் 50%மும், இலாபம் 330%மும், வாடிக்கையாளர்கள் 40%மும், டிவிடெண்ட் 21%மும் உயர்ந்திருக்கிறது.

ஒரு சிறந்த முடிவை எடுத்திடுங்கள். ஃபைவ் ஸ்டாரில் சேமியுங்கள். இன்றே.

ஃபைவ் ஸ்டாரின் மற்ற கவர்ச்சிகரமான திட்டங்களை பற்றி அறிய எங்கள் அலுவலகத்திலோ/அதிகாரப்பூர்வமான புரோக்கர்களிடமோ தொடர்பு கொள்ளுங்கள்.

ஃபைவ்-ஸ்டார்
பிஸினஸ் கிரெடிட்ஸ் லிமிடெட்

★ FIXED DEPOSITS ★ HIRE PURCHASE ★ LEASE

பதிவு அலுவலகம்
699, பெரியார் ஈ.வெ.ரா. நெடுஞ்சாலை,
அமைந்தகரை, சென்னை-600 029.
போன்: 619094/610063.
கிளைகள்
அண்ணா நகர், போன்: 6211723
● பூந்தமல்லி, போன்: 572789 ● பாண்டிச்சேரி

TRULY TRUSTWORTHY



In continuation of statutory advertisement dated [illegible]9.07.92 published in Dinamani dated 05.08.92.

SRICHAKRA/1133/92

புடவைத் தலைப்பால் கண்களை ஒற்றிய வினயா நிமிர்ந்தாள், ''ஸார், நான் ஒரே ஒரு நிமிஷம் மோகனோட தனியாகப் பேசணும்...'' என்றாள்.

ஒருகணம் தயங்கிய ராஜவேலு மோகனைப் பார்த்து, ''இதுக்கடுத்த ரூம் இருக்கு. அங்கே போங்க...'' என்றார். தலையசைத்த மோகன், அந்த அறையை ஒட்டியிருந்த மற்றொரு அறையின் கதவைத் திறந்து கொண்டு உள்ளே போனான். பின்னாடியே உள்ளே நுழைந்த வினயா அவனையே பார்த்தபடி ஒருகணம் நின்றாள்.

இவனுக்காக... இவன் காதலுக்காக... முன்பின் தெரியாத மெட்ராஸுக்கு ஓடி... பஸ்ஸில் கிடைத்ததைச் சாப்பிட்டு... புத்தகத்தில் படித்த எழுத்தாளர் வீட்டுக்கு ராத்திரி போய் நின்று.. அங்கே இருக்க முடியாமல் ஹாஸ்டலுக்கு ஓடி.... அங்கே வார்டன் முகத்தாலேயே அடிக்க... தலை கலைந்து, நிலை குலைந்து... அப்பா அடித்த அடியை விட... மெட்ராஸில் தான் பட்ட அனுபவங்களை விட... இவன் அடித்தது...

காதலன்... மென்மையான பண்பான காதலன்... 'நான் ஒரு மாதிரி'... அதனால் ஜாலியாகப் பழகினான்...

கண்ணீரால் சிவந்திருந்த விழிகளில் கோபம் கலந்தது. காதல் பார்வையில் கனிய ஆண்டுக்கணக்கில் அவனை நேசித்து அவனுக்காக அடிபட்டு வதைபட்டவள் அவனைக் கடுமையாகப் பார்த்தாள்.

''ஏன் அப்படிச் சொன்னீங்க...?'' மந்திரம் போல வார்த்தைகளை முணுமுணுத்தாள்.

மோகன் அவளை ஒருமுறை நிமிர்ந்து பார்த்து விட்டுத் தலைகுனிந்தான்.

''ஸாரி வினி... இப்பவும் கூட நான் உன்னை நேசிக்கிறேன். ஆனா...''

''ஆனா...?'' இகழ்ச்சியாக உதட்டைச் சுழித்தாள் வினயா.

''நாம ரெண்டு பேரும் சேர்ந்து வாழ இந்த ஊர், நம்ப ஜனங்க அனுமதிக்க மாட்டாங்க. உத்தியோகத்துல இருந்தாலும் எங்கேயாவது மாத்திக்கலாம்னு சொல்லலாம். நான் பிஸினஸில் இருக்கிறவன். என் சொந்தக்காரங்கதான் எனக்கு பிஸினஸ் கொடுக்கறவங்க. அவங்களை மீறி நான் கல்யாணம் செஞ்சேன்னா எங்கிட்டே யாருமே வியாபாரம் வச்சுக்க மாட்டேன்னு சொல்லிட்டாங்க. அம்மா தூக்குலே தொங்குவேன்னுட்டாங்க. கையில பணம் இல்லாம, தொழில் இல்லாம, யாருமே இல்லாம வாழ்க்கையை எப்படி நடத்த முடியும்?''

''அதனால...?''

''அதனால எங்க அண்ணன்தான் இப்படிச் சொல்லச் சொன்னார்...''

''ஓ... நீங்களா உங்க வாயாலே சொல்லலையாக்கும்...!'' விரக்தியாகச் சிரித்தாள்.

மௌனமாக நின்றான் மோகன்.

கண்களை அழுத்தத் துடைத்துக் கொண்டாள் வினி.

''சரி... நீங்க போகலாம்...''

மோகன் 'சட்'டென வெளியேறி விட்டான். ஒருகணம் அப்படியே நின்றாள் வினயா. கேட்டிருக்கலாம்... 'ஏண்டா... காதலிக்கும் போது இதெல்லாம் தெரியாதா... பார்க்கிலே அழுந்த அழுந்த முத்தமிட்டியே, அப்போ தெரியலியா... தோள் மேல் கையைப் போட்டுக்கிட்டு சினிமா பார்த்தியே அப்போ தெரியலியா...' நிறைய கேட்கலாம். என்ன பிரயோஜனம்?

இவன் கோழை. நினைத்த வாழ்க்கைக்காக ஓடி வரத் தயாராக இல்லாதவன். இனி என்ன செய்யப் போகிறோம்? சிந்தனை செய்தவாறே கதவைத் திறந்து கொண்டு வெளியே வந்தாள், யுத்தம் முடிந்து களத்திலிருந்து வெளியே வரும் வீரனைப் போல.

இல்லை, இனிமேல்தான் இவள் பெரும் யுத்தங்களைச் சந்திக்க வேண்டியது இருக்கிறது.

■



தேங்காய் சட்னி :

தோசை, இட்லி, பூரி, சப்பாத்திக்குத் தேங்காய் சட்னி அரைக்கும்பொழுது அரை மூடி தேங்காயுடன் 7, 8 சாம்பார் வெங்காயத்தையும், உப்பு, புளி, வற்றல் மிளகாயுடன் சேர்த்து அரைத்தால் தனியான ருசியுடன் மிகவும் பிரமாதமாக இருக்கும்.

- சரஸ்வதி ராமசந்திரன்



நீங்கள் கர்ப்பமாக இருக்கும் போது, அல்லது இருந்த போது, மிகவும் சாதாரண விஷயத்தில் கூட, மிகவும் கவனத்துடன் இருக்க வேண்டும் என்பது எத்தனை கடினமானது என்பது புரியும். ஒருபுறம், மாமியார் மற்றும் அம்மா இருவரும் அவரவர்களின் அனுபவபூர்வமானதைச் செய்யச் சொல்வார்கள். உங்களின் பழமை விரும்பும் போக்கைக் கேலி செய்து கொண்டு உங்கள் சிநேகிதிகள் மற்றொருபுறம். உங்கள் நிலை இருதலைக் கொள்ளி எறும்பின் நிலை போன்றதே. இம் மாதிரியான நிலையில் நீங்கள் என்ன செய்ய வேண்டும்?

ஆறு மாதங்களுக்கு முன்பு திருமணம் ஆனதிலிருந்து, ஒவ்வொரு மாதமும், "ஏதாவது நற்செய்தி உண்டா?" என்று தினசரி நச்சரிக்கும் பக்கத்து வீட்டு பத்மா, "நீ இரண்டு நபருக்காகச் சாப்பிட வேண்டும்" "உனக்குப் பெண் குழந்தைதான் பிறக்கப் போகிறது. ஏனென்றால் உன் இடுப்புப் பகுதிகளில் சதை போட்டுள்ளது" என்பது போன்ற அறிவுரைகள், ஆலோசனைகள் ஒருபுறம். "உனக்கு விருப்பமான கத்தரிக்காய், அசைவச் சாப்பாடு ஆகியவற்றை நீ விட்டு விட வேண்டும். ஏனென்றால் கத்தரிக்காய் உடம்பை உஷ்ணப்படுத்தும். என் பேரன் பத்திரமாக ஆரோக்கியமாகப் பிறக்க வேண்டும்" என்று மாமியார் மறுபுறம் அறிவுரை வழங்க இப்படி எல்லோரும் தங்களுக்குத் தெரிந்தவற்றைச் சொல்லிக் கொண்டிருப்

பது சகஜம். இம் மாதிரியான அறிவுரைகளுக்குப் பஞ்சமே இல்லை. கர்ப்பத்தைப் பற்றிய சில நம்பிக்கைகள், கருத்துக்கள், மூடநம்பிக்கைகளாக இருந்தாலும், இதைச் செய்யாதே, அதைச் செய் போன்றவை மறக்கப்பட்ட மருத்துவ உண்மைகளை அடிப்படையாகக் கொண்டவையே. இவைகள், அம்மா, அத்தை, மாமியார் போன்ற வயதில் பெரியவர்கள் சொல்லுவதாலேயே பின்பற்றப் பட்டு வருகின்றன.

கர்ப்பத்தைப் பற்றி நிலவி வரும் பல கருத்துக்களில் மிகவும் பிரபலமானவற்றைப் பற்றி அல்லோபதி (ஆங்கில வைத்தியம்), ஆயுர்வேத, ஹோமியோபதி நிபுணர்களின் அபிப்ராயங்களைக் கூறுவதே இக்கட்டுரையின் நோக்கம்.



ர்ப்பிணிகளுக்கு...

1. கர்ப்ப காலத்தில் பப்பாளிப் பழம், கத்தரிக்காய் சாப்பிட்டால் கர்ப்பச் சிதைவு ஏற்படும் -

அல்லோபதி நிபுணர் : பப்பாளிப் பழம் நல்ல மலமிளக்கி. மலமிளகும் போது, குடல் காலியாகி, கர்ப்பப்பை சுருங்க ஏதுவாகலாம். இதனால் ஒருசில கர்ப்பங்கள் சிதைய நேரிடலாம், குறிப்பாகக் கர்ப்பிணிக்கு முன்பு, அடிக்கடி கருச்சிதைவு ஏற்பட்டிருந்தால். ஆனால் கர்ப்பம் ஆரோக்கியமாகவும், கரு பலமாகவும் இருந்தால் எத்தனை பப்பாளி தின்னாலும் கருச்சிதைவு ஏற்படாது.

ஆயுர்வேத நிபுணர் : ஆம், பப்பாளி கருச்சிதைவை உண்டாக்கும் தன்மை



இப்பொழுது முருங்கைப்பூ அதிகமாகக் கிடைக்கும் சீசன். 1 கப் முருங்கைப்பூவை சுத்தம் செய்து எண்ணெய் விட்டு வதக்கிக் காரக்குழம்பு செய்வது போல் வைத்துச் சாப்பிட்டால் உடம்புக்கு ரொம்ப நல்லது. முக்கியமாக விந்தணுக்களைப் பெருக்கும் சக்தி முருங்கைப் பூவுக்கு உண்டு. - என். வெள்ளதாய்

யுடையது. எனவே கர்ப்பிணிகள் இதை நீக்க வேண்டும். கர்ப்பிணிகள் தங்களுக்கு நன்கு பழக்கப்பட்ட உணவையே சாப்பிட வேண்டும் என்று ஆயுர்வேத மருத்துவ முறையில் கூறப்படுகிறது. கர்ப்ப காலத்தில், திடீரென்று தமக்குப் பழக்கமில்லாத உணவைச் சாப்பிடுவது நன்மையை விட தீமையையே விளைவிக்கும்.

ஹோமியோபதி நிபுணர் : கத்தரிக்காய் உஷ்ணத்தை உண்டாக்கக் கூடியதாகும். தசைகளைக் கிண்டி விடக்கூடிய தன்மையுடையது. ஆகவே, கர்ப்பிணிகள் கத்தரிக்காயை உணவிலிருந்து நீக்க வேண்டும். கத்தரிக்காயிலுள்ள இரும்புச் சத்தினால் ஒருசிலருக்கு ஒவ்வாத்தன்மை ஏற்பட்டு அதனால் மலச்சிக்கல் ஏற்படலாம். அல்லது வயிற்றுச் சுவர்களுக்கு தொந்தரவு (irritation) ஏற்பட்டு அதனால் பேதி ஏற்படலாம்.

2. கர்ப்பிணி இளநீர் குடித்து வருவது கருவிலுள்ள குழந்தையை வெளுப்பாக ஆக்குகிறது.

அல்லோபதி நிபுணர் : இளநீர் போஷாக்குச் சத்து நிறைந்தது. எனவே இளநீர் குடிக்கும் போது தாயாகப் போகும் பெண்ணுக்குப் போஷாக்குச் சத்துக்களை அளிக்கிறது. ஆனால் இளநீர் குடிப்பதால் பிறக்கப் போகும் குழந்தை நல்ல வெளுப்பாக இருக்கும் என்பதில் உண்மையில்லை.

ஆயுர்வேத நிபுணர் : இளநீர் குடிப்பதால் தோலின் தன்மை மாறுகிறதே தவிர அதனால் குழந்தை வெளுப்பாக ஆக முடியாது. தோல் வெண்மையாக இருப்பது ஜீன்ஸ் சம்பந்தப்பட்டது. மேலும் குழந்தை வளரும் இடத்தின் சீதோஷ்ணநிலை, நீர் போன்றவற்றைப் பொறுத்தது. குழந்தைக்குக் கொடுக்கப்படும் ஆகாரமும் குழந்தையின் தோலின் நிறத்தை நிர்ணயிக்கிறது. கர்ப்ப காலத்தில் தாய்க்குக் கிடைக்கும் போஷாக்கும், குழந்தையின் தோலுக்கு நன்மை புரிகிறது.

ஹோமியோபதி நிபுணர் : இளநீர் ஒரு சிறந்த பானம். உடலுக்கு நிறைய பொட்டாசியத்தைக் கொடுக்கிறது. உடலைக் குளிரவைக்கிறது. ஆனால் இளநீர் எந்தவிதத்திலும் குழந்தையை வெளுப்பாக்க முடியாது. குழந்தை கருவிலுள்ள போதே, அது எந்த மாதிரி இருக்கும் என்பது பிறப்பியலால் (Genetics) நிர்ணயிக்கப்படுகிறது. ஆனால், கர்ப்ப காலத்தில் நல்ல போஷாக்கான உணவை கர்ப்பிணி உட்கொண்டால், பிறக்கப் போகும் குழந்தை நல்ல ஆரோக்கியமாக இருக்கும். மேலும், இளநீர் போலவே, போஷாக்குச் சத்து நிறைந்த பாதாம் பருப்பு போன்றவையும் கர்ப்பத்தில் வளரும் குழந்தையை ஆரோக்கியமாக வளரச் செய்கிறது.

3. கர்ப்பிணி அடிக்கடி, அழகிய குழந்தைகளின் படங்களைப் பார்க்க வேண்டும். இப்படிச் செய்வதால் அழகிய குழந்தை பிறக்கும்.

அல்லோபதி நிபுணர் : மனோரீதியாக இது கர்ப்பிணிக்கு நன்மை புரிகிறது. மேலும் கர்ப்பிணி, மகிழ்ச்சியாகவும் அமைதியாகவும் இருக்க உதவுகிறது.

ஆயுர்வேத நிபுணர் : உண்மை. நாம் பார்ப்பதும், செயல்புரிவதும், நினைப்பதும் நம் மன ஆரோக்கிய நிலைக்கு உதவுகிறது. எனவே கர்ப்பிணியின் சிந்தனைகள் குழந்தையைப் பாதிக்கிறது என்று ஆயுர்வேத முறையில் கூறப்பட்டுள்ளது.

ஹோமியோபதி நிபுணர் : தாயாகப் போகும் பெண் மனோரீதியாக எப்போதும் மிக மிக மகிழ்ச்சிகரமாக இருக்க வேண்டியது அவசியம்.

4. கர்ப்பிணி தனக்கும், தன் கர்ப்பத்தில் இருக்கும் குழந்தைக்கும், ஆக இரண்டு பேர்களுக்கான உணவை உட்கொள்ள வேண்டும்.

அல்லோபதி நிபுணர் : கர்ப்பிணிக்கு அதிக அளவு, புரோட்டீன்கள், கார்போஹைடிரேட்டுகள், கால்சியம், வைட்டமின்கள், தாதுக்கள் போன்றவை தேவைப்படுகிறது. கலோரி அளவைவிட 20 சதவிகிதம் அதிகரிக்க வேண்டிய அவசியம் ஏற்படுகிறது. அதாவது கர்ப்பிணி அல்லாத பெண்ணைவிட, கர்ப்பிணிக்கு இந்த அதிகரிப்பு தேவைப்படுகிறது. கர்ப்பத்தின் பின்பகுதியில் 300 கலோரிகள் அதிகமாகத் தேவைப்படுகிறது. 50கிலோ எடையுள்ள சராசரி இந்தியப் பெண்மணிக்குத் தேவையான கலோரிகள் 2500. கர்ப்ப ஆரம்ப நிலையில் அவளின் எடை அதிகமாக இருந்தால், அதிக கார்போஹைட்ரேட்டுகள், கொழுப்புச்சத்துக்கள் உள்ள உணவை நீக்குவது நல்லது.

கர்ப்பகாலத்தில் நன்றாக ஓய்வு எடுத்து, வயிறார சாப்பிடவேண்டும் என்று நினைக்கிறார்கள். ஆனால் அளவுக்கதிகமான உணவு உட்கொண்டால், உடம்பு பருத்து, ப்ரீ எக்லாம்சியா (pre-eclampsia) எனும் கோளாறு ஏற்படும்போது அளவுக்கு அதிகமாக மனஇறுக்கம், சிறுநீரில் புரோட்டீன் சேருவது போன்றவை ஏற்படும்.

ஆயுர்வேத நிபுணர்: கர்ப்பிணி நல்ல தரமான உணவை உட்கொள்ளவேண்டுமே

யொழிய அதிக உணவை உண்ணக் கூடாது. ஆகாரம் முழுமையான தாகவும் போஷாக்கு நிறைந்ததாகவும் இருக்க வேண்டும். கர்ப்பிணிக்கு புரோட் டீன் நிறைந்த அதிகக் கலோரிகள் தேவைப் படும்.

ஹோமியோபதி நிபுணர் : கர்ப்ப காலத்தில் ஆரோக்கியமாகவும் அதிக எடை போடாமலும் இருக்க வேண்டு மென்றால், கர்ப்பிணி, தன் கருவிலுள்ள குழந்தை ஆரோக்கியமாக இருக்க எந்த அளவு உணவு கொள்ள வேண்டுமோ, சரி யாக அந்த அளவு உட்கொண்டால் போது மானது.

5. கர்ப்பிணி சக்தி பெற, சுத்தமான நெய்யைச் சாப்பிட வேண்டும்.

அலோபதி நிபுணர் : பண்டைய காலத்தில் கர்ப்பிணிகளுக்குக் கர்ப்ப காலத்தில் சரியான கவனிப்பு இருக்க வில்லை. மேலும் இப்போதுள்ளது போல், கர்ப்ப காலத்தில் வைட்டமின் மாத்தி ரைகள் கொடுக்கப்படவில்லை. எனவே கர்ப்பிணிக்குத் தேவைப்படும் அதிகப்படி யான போஷாக்குக்காக, கர்ப்பிணிகள் சுத்த மான நெய் சாப்பிட வேண்டும் என்று வய தான பெண்மணிகள் கூறினர். தற்காலத் தில், கர்ப்பிணிகள், கர்ப்ப காலத்தில் எடை கூடுவது ஒரு வரையறைக்குள் இருக்க வேண்டும். அதாவது 11 கிலோவுக்கு அதிக மான எடை கூடக் கூடாது என்ற எண்ணத் தில் (கர்ப்ப காலத்தில் 6 கிலோவிலிருந்து 15 கிலோ வரை எடை கூடலாம்) அதிகம் கொழுப்புச் சத்து நிறைந்த உணவை அதிக மாக உண்பதில்லை. கர்ப்பிணியின் எடை ஒரு மாதத்தில் 2 கிலோவுக்கு அதிகமாக ஆனால், அல்லது ஒரு வாரத்தில் 0.5 கிலோ அதிகமானால் நல்லதல்ல.

ஆயுர்வேத நிபுணர் : நல்ல சுத்தமான நெய், தாய்க்கும் குழந்தைக்கும் மிக நன்மைபயக்கக் கூடியது. குழந்தை கர்ப் பத்தில் நல்ல ஆரோக்கியமாக வளரத் துணைபுரிகிறது. குழந்தையை நல்ல நிறத்தையுடையதாக ஆக்குகிறது. மேலும், குழந்தை புத்திசாலியாக இருக்கவும், நல்ல மனவளர்ச்சி உள்ளதாகவும் இருக்கச் செய் கிறது. ஆனால் ஓர் எச்சரிக்கை. நெய் சேர்த்துக் கொண்டால் நன்மை என்று எண்ணி, அளவுக்கதிகமான நெய் சேர்த்துக் கொள்ள வேண்டாம். ஒரு நாளைக்கு 1 அல்லது 2 தேக்கரண்டி நெய் மட்டும் சேர்த்துக் கொள்வது போதுமானது. அளவுக்கதிகமான நெய்யினால், கர்ப்பிணி யின் உடல் எடை கூடி, அதனால் வேறுவித மான கோளாறுகள் உண்டாகும். சாதத்தின் மேல் உருக்கிய நெய்யை விட்டுச் சாப்பிட லாம். சப்பாத்தி மீது இலேசாக நெய் தடவ லாம். வெந்த பருப்பிலும் நெய் சேர்க்க லாம். சுத்த நெய்யில் பொரிக்கப்பட்ட பதார்த்தங்களை உண்ணக் கூடாது. இது அதிக அளவு கொழுப்பினைச் சேர்த்து விடும்.

ஹோமியோபதி நிபுணர் : போஷாக் குக்குத் தேவையான நெய் - அதாவது, சரியான அளவு நெய் சேர்த்துக் கொள்வது மிக அவசியம். சருமம் மிருதுவாக இருக்க, நம் உடலுக்கு எண்ணெய், நெய் தேவை.

6. கிரஹணத்தின் போது, கர்ப்பிணி படுக்கையை விட்டு நகரக் கூடாது.

மேலும், கத்தி போன்ற கூர்மையான ஆயுதங்களை உபயோகிக்கக் கூடாது. ஏனென்றால் தற்செயலாகக் கூரான ஆயு தத்தால் அவள் உடலில் எங்காவது வெட்டு ஏற்பட்டால் பிறக்கும் குழந்தை பிளவுபட்ட உதட்டைக் கொண்டிருக்கும்.

அலோபதி நிபுணர் : பழைய காலத் தில் பெரும்பாலும் பெண்கள் (கர்ப்ப காலத்திலும் கூட) திறந்தவெளிகளில் வேலை செய்யும் பழக்கமுடையவர்களாக இருந்தனர். எனவே, கிரஹண காலத்தில் ஏற்படும் கதிர்வீச்சினால் (Radiation) கர்ப் பத்திலுள்ள குழந்தைக்குக் கெடுதல் உண் டாகலாம் என்று கருதப்பட்டது. இந்த நம் பிக்கை காரணமாக, தாயாகப் போகும் பெண்ணுக்குக் கிரஹண காலத்திலாவது கட்டாய ஓய்வு கிடைத்தது. கிரஹண காலத்தில் கர்ப்பிணி, கத்தியால் உடலில் எங்காவது காயம் கொண்டு விட்டால் பிளவுபட்ட உதடுகளோடு குழந்தை பிறக்

அலுமினிய டப்பாக்களில் ஓட்டை விழுந்து விட்டால், உடைந்த பிளாஸ்டிக் துண்டை உருக்கி எடுத்துத் துளையில் வைத்து அடைத்துவிட்டு மீண்டும் பொருட்கள் போட்டு வைத்துக் கொள்ள லாம்.

- சரோஜா மகாதேவன்



கும் என்பது மூடநம்பிக்கையே. இதில் எள்ளளவும் உண்மையில்லை.

ஆயுர்வேத நிபுணர் : சூரியகிரஹணத்தின் போது வாயு மண்டலத்தில் திடீரென்று மாறுதல் ஏற்படுகிறது. இந்தத் திடீர் மாறுதலால் கர்ப்பிணியின் மனச் சமநிலை பாதிக்கப்படலாம் என்ற கருத்திலேயே கர்ப்பிணிகள் கிரஹண காலத்தில், வீட்டுக்குள்ளேயே, அமைதியான, நிசப்தமான இடத்தில் இருக்கும்படி சொல்லப்பட்டார்கள். ஆனால் கர்ப்பிணிகள் காய்கறி, கனிகள் நறுக்குவது போன்ற சில செயல்களில் ஈடுபடக் கூடாது என்பது தவறான கருத்தாகும்.

ஹோமியோபதி நிபுணர் : சூரிய கிரஹண காலத்தில், சூரியனின் சக்திவாய்ந்த கிரணங்களினால் அதிகக் கிருமிகள் உற்பத்தியாகி, கர்ப்பிணியையும், கர்ப்பத்திலிருக்கும் குழந்தையையும் பாதிக்கலாம் என்ற எண்ணத்தினால், கிரஹண காலத்தில் கர்ப்பிணிகள் வெளியில் வரக் கூடாது என்று கூறப்பட்டது. ஆனால் கர்ப்பிணி, நறுக்குதல் போன்ற வேலைகளில் ஈடுபட்டால் பிளவுபட்ட உதடுகளோடு குழந்தை பிறக்கும் என்ற கருத்து அபத்தமானது.

7. கர்ப்பிணிகள் பாரமான சாமான்களைத் தூக்கக் கூடாது. தூக்கினால் கருச் சிதைவு ஏற்படும்.

அலோபதி நிபுணர் : உண்மையே. ஒருமுறை கருச்சிதைவு ஏற்பட்டவர்கள், மறுமுறை, கர்ப்பம் தரிக்கும் போது, எடை தூக்காமல் மிக எச்சரிக்கையாக இருக்க வேண்டும். கர்ப்பிணி மிக பலஹீனமாக இருந்தால், அதிகமாகக் குனிந்து, நிமிர்ந்து வேலை செய்வதைத் தவிர்க்க வேண்டும் என்றும், அதிக ஓய்வும் தேவை என்றும் கூறப்படுகிறது.

ஆயுர்வேத நிபுணர் : உண்மை. கர்ப்பத்தின் முதல் மூன்று மாத காலத்தில் மிக அதிகமான எடை தூக்குவது, அதிகமாகக் களைப்படைந்து விடக்கூடிய வகையில் வேலை செய்வது போன்றவையால் கர்ப்பச் சிதைவு ஏற்படும்.

ஹோமியோபதி நிபுணர் : பளு தூக்கும் போது கர்ப்பப் பைக்குச் சிரமம் ஏற்படுகிறது. அதனால் கர்ப்பச் சிதைவு ஏற்படலாம் என்பது உண்மையே. எனவே, கர்ப்பிணி, பளுவான வேலைகளைச் செய்வதோ, அதிகப் பளுவுள்ள சாமான்களைத் தூக்குவதோ கூடாது.

8. குழந்தைக்குத் தன் பால் கொடுக்கும் தாய், கார வகை உணவுகளையும், மிகக் குளிர்ச்சியான உணவுகளையும் நீக்க வேண்டும். எடுத்துக்காட்டாக, மிளகாய்க் காரம் சேர்க்கப்பட்ட உணவு, மாமிச உணவு, தயிர் சாதம் போன்றவற்றைத் தவிர்க்க வேண்டும். காரமான உணவினால் குழந்தைக்குப் பேதி ஏற்படும். குளிர்ச்சியான உணவினால் குழந்தைக்குச் சளி பிடிக்கும்.

அலோபதி நிபுணர் : இது உண்மையல்ல. ஆனால், தாய் தன் குழந்தைக்குத் தன் பால் கொடுக்கும் போது, ஒருசில மருந்து வகைகளை நீக்க வேண்டும். ஏனென்றால் தாய்ப் பாலில் இம் மருந்துகளும் சேர்ந்து கரக்கப்பட்டு, குழந்தைக்குச் சேரும் போது கெடுதி ஏற்படலாம்.

ஆயுர்வேத நிபுணர் : ஒருவிதத்தில் உண்மையே. குழந்தைக்குத் தாய்ப்பால் கொடுக்கும் பெண் மிகக் காரமான உணவுகளையும், குளிர்ச்சியான உணவுகளையும் தவிர்க்க வேண்டும். உணவை உட்கொள்வதில் ஒரு சமநிலையைப் பின்பற்ற வேண்டும். ஏனென்றால், மிக அதிகக் காரமான உணவுகளும், மிகக் குளிர்ச்சியான உணவுகளும், உடலின் எல்லாப் பாகங்களையும் பாதிக்கும் தன்மையுடையது.

ஹோமியோபதி நிபுணர் : குழந்தைக்குத் தன் பால் புகட்டும் தாய் ஆரோக்கியமாக இருந்தால் அவள் நல்ல தரமான பாலைக் கொடுக்க முடியும். குழந்தைக்குத் தாய்ப்பால் கொடுக்கும் தாய் சில குறிப்பிட்ட மருந்துகளை உட்கொள்ளும் போது, இம் மருந்துகள் தாய்ப் பாலில் கரக்க வாய்ப்புள்ளதே தவிர, காரமான உணவும், குளிர்ச்சியான உணவும் தாய்க்கும் சேய்க்கும் கெடுதி விளைவிக்கும் என்ற கருத்தில் எந்த உண்மையுமில்லை. எனவே கர்ப்

அலுமினியத்தில் குழிவான தட்டு உபயோகிக்க முடியாமல் சிறிய ஓட்டை விழுந்து விட்டதா? கவலையே வேண்டாம். அத்துடன் இன்னும் நிறைய, ஒரே மாதிரியான, ஜல்லிக்கரண்டி உள்ளது போல்) ஓட்டைகள் போட்டு, காராசேவு தேய்க்க, காய்கறிகளை வடிகட்டப் பயன்படுத்தலாமே!

- சரோஜா



உங்கள் குழந்தை சரியாக சாப்பிடவில்லையா ?

பசியைத்தூண்ட ஓமம் நிறைந்த நியுபான் கொடுங்கள்.





அனுபவமிக்க தாய்மார்கள் குழந்தைகளின் பசியைத் தூண்ட ஓமத்தை பயன்படுத்தி நல்ல பலன் கண்டிருக்கிறார்கள். சரியான விகிதத்தில் ஓமம் நிறைந்த நியுபான் உங்கள் குழந்தையின் பசியின்மையை நீக்கி அதன் ஆரோக்கியத்தை பாதுகாக்கும். குழந்தையின் வளர்ச்சிக்கும் உறுதுணையாகும்.

ஓமத்துடன் வசம்பு, அதிமதுரம், கடுக்காய், ஏலக்காய், போன்ற சிறந்த மூலிகைகள் தேவையான அளவு சேர்க்கப்பட்டுள்ள நியுபான், குழந்தைகளின் வாயு தொந்தரவு, வயிற்றுவலி, வயிற்றுப் பொருமல் ஆகியவற்றையும் போக்கும்.

நியுபான் குழந்தைகள் விரும்பி சாப்பிடக் கூடியது. தொடர்ந்து கொடுக்கலாம். பசியைத் தூண்டும். பின் விளைவுகள் எதுவுமில்லை. பாதுகாப்பானது.

PHARM PRODUCTS

தஞ்சாவூர் - 613 007

நியுபான்

குழந்தைகளின் பசியைத் தூண்டும்

EXELADS ● PP 075 ● 92

பிணி, மருத்துவர் குறிப்பிடும் மருந்துகளை மட்டும் சாப்பிட வேண்டும்.

9. மீன், ஓட்ஸ் போன்றவை தாய்ப் பாலை அதிகம் சுரக்கச் செய்யும்.

அலோபதி நிபுணர் : உண்மை. இவ்வுணவினால் கர்ப்பிணிக்கு அதிக புரோட்டீன்கள் கிடைப்பதால், போஷாக்குக் கிடைக்கிறது. எனவே அதிக தாய்ப்பால் சுரக்க உதவுகிறது.

ஆயுர்வேத நிபுணர் : மீனும் ஓட்ஸும் மட்டும் இல்லை. அதிகமான பழங்கள், போஷாக்கான, மிதமான உணவு (Bland diet) தாய்ப்பாலை அதிகமாக சுரக்கச் செய்யும்.

ஹோமியோபதி நிபுணர் : மீன், ஓட்ஸ் மட்டுமல்ல, அதிக புரோட்டீன் சத்துள்ள எந்த உணவும் அதிகமான தாய்ப்பாலை சுரக்கச் செய்கிறது.

10. கர்ப்பிணிக்கு அதிகமான இனிப்புகள் சாப்பிட வேண்டும் என்று ஆசை ஏற்பட்டால், பிறக்கும் குழந்தை ஆணாகவும், காரசாரமான உணவு சாப்பிட ஆசை ஏற்பட்டால், பெண்ணாகவும் இருக்கும்.

அலோபதி நிபுணர் : மருத்துவரீதியாக இக் கருத்தில் எந்த உண்மையுமில்லை. ஆனாலும் பலருக்கு இக் கருத்தில் நம்பிக்கை இருக்கிறது. மேலும், பிறக்கப் போகும் குழந்தை ஆணா அல்லது பெண்ணா என்பதை, கர்ப்பிணியின் வயிற்றின் வடிவத்தைக் கொண்டும் தெரிந்து கொள்ள முடியும் என்ற கருத்தும் நிலவுகிறது. வயிறு மேடு பள்ளமாக இல்லாமல், உருட்டி விட்டாற்போல நல்ல உருண்டை வடிவமுடையதாக இருந்தால், பெண் குழந்தை என்றும், வயிறு முன்னே தள்ளிக் கொண்டு, கரடுமுரடாக இருந்தால், ஆண் குழந்தை என்றும் கருத்து இருக்கிறது. மருத்துவரீதியில் இக் கருத்துக்கு எந்த ஆதாரமுமில்லை. கர்ப்பிணி எப்போதும் அமைதியாகவும், மகிழ்ச்சிகரமாகவும் இருக்க வேண்டும். ஆணாக இருந்தாலும், பெண்ணாக இருந்தாலும் குழந்தை ஆரோக்கியமானதாக, குறை எதுவும் இல்லாததாக இருக்க வேண்டும் என்று பிரார்த்திப்பதுதான் சரியான முறை.

ஆயுர்வேத நிபுணர் : மிகவும் தவறான கருத்து. ஒரு குறிப்பிட்ட விதமான உணவைத் தின்ன வேண்டும் என்ற கர்ப்பிணியின் அவாவிற்கும், குழந்தை, ஆணா பெண்ணா என்பதற்கும் எந்தத் தொடர்புமில்லை. ஆனால், கர்ப்பிணிக்கு ஒரு குறிப்பிட்ட உணவை அதிகமான அளவில் தின்ன வேண்டும் என்ற அவா எழுந்தால், அவள் உடம்பில் அந்த வித உணவின் பற்றாக்குறை இருக்கிறது என்பதுதான் பொருள். எனவே கர்ப்பிணியின் ஆசையைப் பூர்த்தி செய்ய வேண்டும். நிராகரிக்கக் கூடாது. கர்ப்பிணிக்குப் போஷாக்கான உணவு கிடைக்கும்படிச் செய்ய வேண்டும்.

ஹோமியோபதி நிபுணர் : தவறான கருத்து.

பின்குறிப்பு : கொடுக்கப்பட்ட பத்துக் கருத்துக்களுக்கான அபிப்ராயங்களுக்காக பேட்டி கொடுத்த மருத்துவர்களின் பதில்கள் முன்னுக்குப் பின் முரணாக இருந்தால், (எடுத்துக்காட்டாக, காரமான, சூடான, குளிர்ச்சியான உணவுகள் கர்ப்பிணிக்குக் கெடுதி விளைவிக்கும் என்ற கருத்துக்கு மருத்துவர்கள் அளித்துள்ள பதில்கள்) தாயாகப் போகும் பெண்ணுக்கு எந்த மருத்துவருடைய அபிப்ராயம் சரியானது என்பது பற்றி கண்டிப்பாகக் குழப்பம் ஏற்படும். அம்மா சொல்வதைக் கேட்பதா, மாமியார் சொல்வதைக் கேட்பதா, அல்லது, அல்லோபதி, ஆயுர்வேத, ஹோமியோபதி மருத்துவர்கள் ஆலோசனையைக் கேட்பதா? இம்மாதிரியான சூழ்நிலையில், இக் கருத்துக்களை அப்படியே பின்பற்றுவதற்கு முன், நீங்கள் செக் அப்புக்காகச் செல்லும் மருத்துவரிடம் இது பற்றிக் கேட்டு, அவர் சொல்படி நடப்பது சிறந்தது.

– ராஜி



வழக்கமாகச் செய்யும் வாழைக்காய் வதக்கல் கறி(பொரியல்)யிலேயே மூன்று பெரிய வெங்காயம் நறுக்கி, வதக்கிச் சேர்த்து, 2 பிடி வெந்த துவரம் பருப்பு, சிறிது தேங்காய்த் துருவல் சேர்த்து வதக்கி, எடுப்பதற்குச் சற்றுமுன், சிறிது கடலை மாவு தூவிப் புரட்டிவிட்டு எடுத்துப் பரிமாறினால் வாழைக்காய் பிடிக்காத குழந்தைகள் உள்ள உங்கள் வீட்டில் மறு நாளும் வாழைக்காய் வதக்கல் கறிதான்!

– சரோஜா மகாதேவன்

நம் தினசரி உணவுகளில் ஏதேனும் காய்கறிகள் வாங்கு கின்றோம். அப்படி உணவு களில் சேர்க்கின்ற காய்கறிகளை எப்படிப் பார்த்து நல்ல காய்கறிகளாக வாங்குவது?

தக்காளி : தக்காளியைச் செங்காயாகக் கெட்டியாக உருண்டையாக இருக்கும் போது வாங்க வேண்டும். முண்டும் முரடு மாக இருந்தால் சாறு அதிகமாகவும் சதை குறைவாகவுமிருக்கும். காம்பு அருகே நல்ல பச்சையாகவும் மற்ற இடங்கள் பருத் திருப்பதாகவும் வாங்கினால் இரண்டு, மூன்று நாள் வைத்திருந்து உபயோகப் படுத்தலாம். பழம் மெத்தென்றிருந்தால் உள்ளே உள்ள சாறு கெட்டுப் போயிருக் கும். அரிசி டப்பாவில் போட்டு காய்வெட் டான பழங்களை மூடி வைத்தால் ஒவ் வொரு நாளும் பழுத்திருப்பவற்றை மட்டும் எடுத்து உபயோகித்துக் கொள்ள லாம்.

கத்தரிக்காய் : கத்திரிக்காயில் காம்பு டன் கூடிய அதன் பாவாடை எவ்வளவுக்கு எவ்வளவு அதிக நீளமாக இருக்கிறதோ அவ்வளவுக்கவ்வளவு அது இளசாக இருக் கும். பாவாடை குட்டையாக இருந்தால் காய் முற்றி இருக்கும். காம்பு கறுத்துச் சுருங்கி இருந்தால் நாள்பட்ட பழைய காய் என்று தெரிந்து கொள்ளலாம். காய்களைச் சமைக்க நறுக்கும் போது நறுக்கியவுடன் கழுநீரில் போட வேண்டும். அப்போது தான் துண்டுகள் கருப்பாகாதிருக்கும். இல் லாது போனால் துண்டுகள் கருப்பாகி ருசி யும் கெடும். காய்கள் கெடாதிருக்கக் காற் றோட்டமான கூடையில் போட்டு ஈரத் துணியில் மூடி வைக்க வேண்டும்.

வெண்டைக்காய் : நல்ல பச்சை நிறக் காய்கள் அதிக ருசியாக இருக்கும். இளம் மஞ்சள் அல்லது வெள்ளை நிறத்தில் உள் ளவை ருசி குறைவானவை. காயின் நுனியை ஒடித்தால் பட் என்று ஒடிய வேண்டும். இப் படி ஒடியும் காய்கள் இளசு. காம்பு நீண்டிருந்தால் இளசு. சுருங்கி இருந்தால் முற் றல்.



பீர்க்கங்காய் : காயின் காம்புப்புறம் பச்சையாக இருக்க வேண்டும். காம்புப் புறம் வெளுத்திருந்தால் முற்றல் என்று தெரிந்து கொள்ள வேண்டும். காம் பின் மேல் உள்ள நரம்புகள் மிகவும் எடுப் பாகவும் காம்பு வறண்டும் இருந்தாலும் அது முற்றல் என்று தெரிந்து கொள்ளலாம்.

சமைப்பதற்குச் சுமார் ஒரு மணி நேரம் முன்பு காய்களைத் தண்ணீரில் ஊறப் போட்டுப் பிறகு கரண்டியால் நரம்புகள் எளிதாக நீங்கி விடும்.

வெங்காயம் : வெங்காயத்தின் மேல் தோல் பளபளப்பாக இருக்க வேண்டும். மேல் பகுதியை அழுத்தினால் கெட்டியாக இருக்க வேண்டும். அதுதான் நல்ல வெங் காயம். நிறம் மாறி வெளுத்துப் போய் நுனி

வாங்கி விட்டால் போதாது... தெரிந்து கொள்ளுங்கள்!

மேல் பகுதியை அழுத்தினால் பொத பொதவென்று இருந்தால் நல்ல வெங்காயமல்ல என்று தெரிந்து கொள்ளலாம்.

உருளைக்கிழங்கு : செம்மண்ணில் பயிரான கிழங்கு உயர்வானது. கிழங்குகள் கெட்டியாகவும் மேலே தோலில் ஓட்டைகள் இல்லாதிருக்கவும் வேண்டும். பச்சை நிறத் தழும்புகள் உள்ளவை கூடாது. முளை கண்டவை ,தோல் சுருங்கியவைகளை வாங்கக் கூடாது.

முட்டைக்கோஸ் : வெள்ளைநிற கோஸ் இலைகள் முரடாக இருக்கும். பச்சை நிற கோஸ் இலைகள் இளசாக இருக்கும். உருவில் சிறிதாகவும் ஆனால், கனமாகவும் இருந்தால் ருசியாக இருக்கும். கோஸுக்குள் இருக்கும் நடுக் காம்பு வெள்ளையாகவும் நாற்றம் வீசாதும் இருந்தால் புதுக் கோஸ். நாற்றம் வீசினால் பழையது. மேல் இலைகளை அகற்றி விட்டுக் காம்பையும் சிறிது நறுக்கிப் புதுக் கோஸ் போல் கடைகளில் வைத்திருப்பார்கள். காம்பு நாறுகிறதா என்று முகர்ந்தால் புதிதா, பழையதா என்று தெரிந்து கொண்டு விடலாம்.

காம்பில் சுமார் ஓர் அங்குல ஆழத்திற்குச் சிலுவைப் போல் கத்தியால் கீறி வைத்தால் அழுகாது அதிக நாள் இருக்கும்.

முள்ளங்கி : சற்றுப் பருத்து நீட்டமாக உள்ள கிழங்குகளை வாங்க வேண்டும். நடுவில் புதிய இலைகள் ஓரத்தில் பச்சை இலைகள் இருப்பவைகளாகக் கவனித்து வாங்க வேண்டும். தட்டினால் பொத் பொத்தென்று சப்தம் கேட்டால் முற்றியது. உள்ளே சோளத் தட்டுப் போல் இருப்பவை சமைக்க உதவாது என தெரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

வாழைக்காய் : பச்சை நிறத்தில் நன்கு முற்றிய காய்களாகப் பார்த்து வாங்க வேண்டும். வாங்கி வந்தவுடன் காயை நன்கு அலம்பி ஒரு வாளித் தண்ணீரில் போட்டு வைத்தால் வாடாமலும் பழுக்காமலும் அதிக நாட்கள் இருக்கும்.

முருங்கைக்காய் : நல்ல கரும்பச்சை நிறத்தில் பருமனாகவும், உருண்டையாகவும் பார்த்து வாங்க வேண்டும். இரண்டு முனைகளையும் பற்றித் திருகினால் சற்று வளைந்து கொடுக்க வேண்டும். இப்படி இருந்தால்தான் இளசாக இருக்கும். திருகினால் கட்டை போலிருந்தால் முற்றல் எனத் தெரிந்து கொள்ளலாம். விதைகள்



மணம் பெருகுது
மணம் பெருகுது
சமையலில்
மனம் நிறையுது
மனம் நிறையுது
சுவையினில்
சக்தி
மசாலா பொடிகள்
SAKTHI
சக்தி டிரேடிங் கம்பெனி
6, மாமரத்துப்பாளையம், ஈரோடு - 638 004.
போன் : 042002-460, 461
எமது சுவைமிகு தயாரிப்புகள்
■ மஞ்சள் தூள் ■ மிளகாய் தூள் ■ மல்லித்தூள் ■ சுக்கு மல்லி காப்பி ■ மிளகு தூள் ■ சாம்பார் பொடி ■ ரசப்பொடி ■ கறி மசால்பொடி ■ இட்லிப்பொடி ■ பருப்புப்பொடி ■ பூண்டுப் பொடி ■ புளியோதரை பொடி ■ பிரியாணி மசாலா ■ சிக்கன் மசாலா ■ கரம் மசாலா ■ சில்லி சிக்கன் ■ மீன் மசாலா ■ புளிக்குழம்பு பொடி ■ வற்றல் ■ வடாகம் மற்றும் அப்பள வகைகள்
இருமுறை
தமிழக அரசின்
விருது பெற்ற
நிறுவனம்
மற்றும் விற்பனை நிலையங்கள் :
ஈரோடு : • 16, கொங்காளம்மன் கோயில் தெரு,
ஈரோடு - 638 001. போன் : 71310
கோவை : • 826, ரங்கே கவுடர் வீதி கோயம்புத்தூர் - 641 001.
டீலர்களின் விசாரணைகள் வரவேற்கப்படுகின்றன.
SASI / 142 / 92

வெளியில் தெரியும் விதமாக மேடுகள் காயின் மேல் பகுதியிலிருந்தாலும் முற்றல்.

காய்களை வாங்கி வந்தவுடன் ஒரு வாளியில் தண்ணீர் ஊற்றிக் காம்புப் பக்கம் பாதிக்காய் தண்ணீரில் மூழ்கி இருக்கும் படியும், நுனி மறுபாதி தண்ணீருக்கு வெளியே இருக்கும்படியும் வைத்திருந் தால் அதிக நாள் கெடாதிருக்கும்.

பீன்ஸ் : பச்சை நிறத்தில் இருக்க வேண்டும். ஒடித்தால் படக்கென்று ஒடிய வேண்டும். இவைதான் சமையலுக்கு உகந் தவை. இப்படி ஒடியாதவை முற்றல். நாள் பட்டவையாக இருந்தாலும் முற்றலாக இருந்தாலும் விதைகள் புடைத்துக் கொண் டிருந்தாலும் சமையலுக்கு உகந்தவை அல்ல. மெத்தென்றோ, ஈரமாகவோ இருந் தால் சீக்கிரம் அழுகி விடும். ஒன்றோ டொன்று படாது காற்றோட்டமாக வைத்தி ருக்க வேண்டும். இல்லாது போனால் பூஞ்சைக் காளான் பிடித்து விடும்.

எலுமிச்சம் பழம் : மெல்லிய தோலுடன், நல்ல மஞ்சள் நிறமுள்ள பழங் களில் சாறு சற்று அதிகமாக இருக்கும். பழத்தை அழுத்தினால் அமுங்கினாலும், காம்புப் பகுதி கன்றிப் போயிருந்தாலும் நாள்பட்ட பழம் என்பதை அறியலாம். ஈர மணலில் பழங்களை வைத்திருந்தால் அதிக நாள் கெட்டுப் போகாதிருக்கும்.

கறிவேப்பிலை : சிறிய இலைகளாக உள்ளதுதான் அதிக மணமாக இருக்கும். வாங்கி வந்ததும் உலர்ந்த துணி மேல் பரப்பி நிழலில் உலர்த்தி வைத்துக் கொண்டு பயன்படுத்தலாம். சமையலில் இவ்வித உலர்ந்த இலைகளைப் பயன் படுத்தினாலும் புதிய பச்சை இலை போன்று மணம் தரும்.

கொத்துமல்லிக் கீரை : கொத்து மல்லிக் கீரையை வாங்கி வந்தவுடன் ஒரு கிண்ணத்தில் சிறிது தண்ணீர் விட்டு வேர்ப் பகுதி மட்டும் தண்ணீரில் அமிழ்ந்திருக்கும் படி நட்டமாக வைத்திருக்க வேண்டும். அதிக நேரம் கெட்டுப் போகாதிருக்கும்.

பச்சை மிளகாய் : வாங்கி வந்தவுடன் காம்பை நீக்கி விட்டு உலர்ந்த துணியில் துடைத்து ஈரத்தைப் போக்கி விட்டு பாலி தீன் பைகளில் போட்டு வைத்தால் அதிக நாள் கெடாதிருக்கும்.

– கமலா வேணுகோபாலன்

இம்மாத இல்லத்தரசி

சமையல் கூப்பன்

பொருள் : சரிவிகித உணவு கடைசித் தேதி : 15.1.'93

என்ற தலைப்பில் சமையல் குறிப்பை இதனுடன் அனுப்பியுள்ளேன். இச்சமையல் குறிப்பு இதுவரை எந்தப் பத்திரிகையிலும் எந்தப் புத்தகத்திலும் வெளியானதல்ல என்று உறுதி கூறு கிறேன்.

கையொப்பம்

'எண்'ணிப் பார்ப்போமே

"மூணு என்றதுக்குள்ளே அம்மா கிட்டே வந்துடணும். ஒன்... டூ..."

''த்ரீ'' என்பதற்குள் தளர்நடை போட்டவாறு புன்னகையுடன் குழந்தை வந்து விட, அம்மாவின் தாய்மை ஈகோ திருப்தியடைகிறது. குழந்தையின் முகத்திலோ ஏதோ சாதித்து விட்ட கர்வம்.

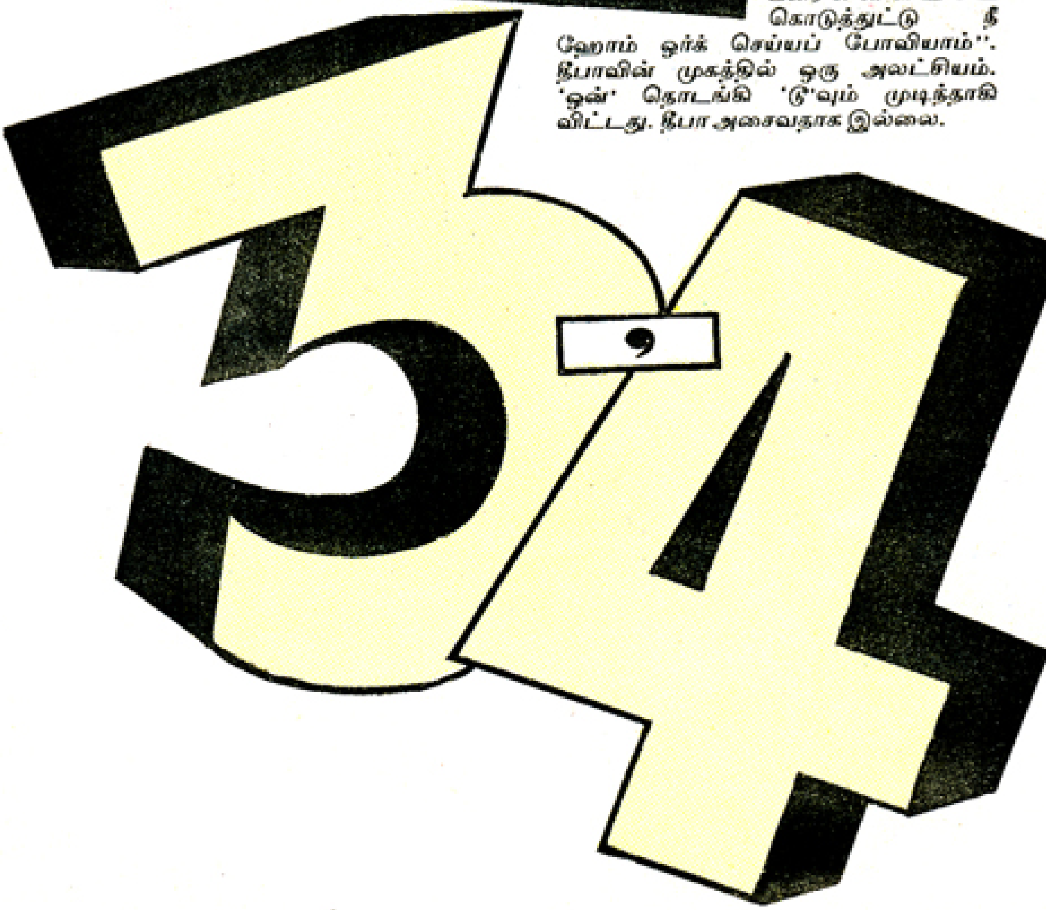
வழக்கமாகப் பள்ளிகளில் நடைபெறும் ஓட்டப் பந்தயங்களில் 1... 2.. முடிந்து 3 என்று சொன்னவுடன்தான் ஓடத் துவங்குவார்கள். ஆனால் மேலே சொன்ன விளையாட்டில் '3' என்பதற்குள் 'போட்டி' முடிந்து விட்டிருக்கும்.

குழந்தைகளை ஏதாவது செய்ய வைக்க இந்த 1...2...3 உத்தி நிறையப் பலனளிப்பது உண்மைதான். ஆனால் இது கொஞ்ச காலத்துக்குத்தான்.

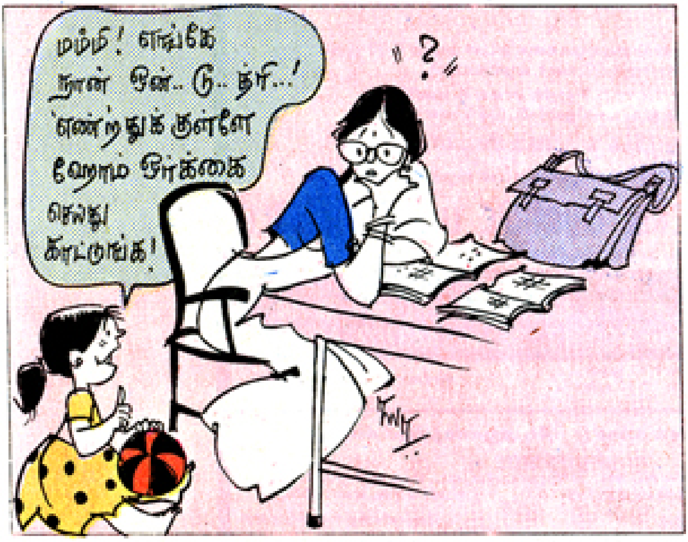
குழந்தைக்குத் தெரிந்து விடுகிறது, தனக்கு விருப்பமில்லாத ஒன்றைச் செய்ய இந்த 1...2...3 உத்தியைப் பெற்றோர்கள் ஒரு தூண்டிலாகப் பயன்படுத்துகிறார்கள் என்று. அவ்வளவுதான். பலன்கள் கொஞ்சம் கொஞ்சமாகக் குறையத் தொடங்குகின்றன.

''ஒன்'' என்றவுடனேயே துள்ளிக் கொண்டு பெற்றோரின் எதிர்பார்ப்பை நிறைவேற்றத் தொடங்கிய குழந்தை ''டூ'' என்ற வார்த்தைகள் கேட்ட பிறகுதான் வேண்டா வெறுப்பாகச் செயல்படத் தொடங்குகிறது.

அடுத்த கட்டம். ''தீபா கண்ணு அப்பா மூணு எண்ணுவதற்குள்ளே அந்த நியூஸ் பேப்பரை என் கிட்டே கொடுத்துட்டு நீ ஹோம் ஒர்க் செய்யப் போவியாம்''. தீபாவின் முகத்தில் ஒரு அலட்சியம். 'ஒன்' தொடங்கி 'டூ'வும் முடிந்தாகி விட்டது. தீபா அசைவதாக இல்லை.



''ஒன்'' என்பதை ராணுவ மிடுக்குடன் ஆரம்பித்த அப்பாவின் குரல் 'டூ...டூ...டூ'' என்று கீறல் விழுந்த ரெகார்டு போல் கிரீச்சிடத் தொடங்குகிறது. இந்த நடுத்தர வயதில் டூவுக்குப் பிறகு த்ரீ என்பது கூடவா அப்பாவுக்கு மறந்து விட்டது?



அல்ல. த்ரீ சொன்ன பிறகும் தன் பெண் தான் சொன்ன வேலையைச் செய்யா விட்டால் தன் கௌரவம் என்ன ஆவது என்ற பயம்.

யார் சொன்னது அப்பாவுக்கு த்ரீ தெரியாது என்று? அவருக்கு அதன் ஸ்பெல்லிங் கூடத் தெரிந்திருக்கிறது. "T... H..." ('இந்தப் பெண் இப்படி அடமாக உட்கார்ந்திருக்கிறதே), "R... E..." ('ஐயையோ, இருக்கும் ஒரே ஆயுதமும் கை நழுவிப் போகிறதா?'). கடைசி 'E' யை அப்பா சொல்லுவதில்லை. ''உன்கிட்டே சொல்றதுக்கு இந்தச் சுவர்கிட்டே சொன்னாலும் பலனிருக்கும்'' என்று உறுமியவாறே பேப்பரைத் தானே எடுத்துக் கொள்கிறார்.

ஒன்...டூ..த்ரீ மூலம் குழந்தை சைகாலஜியைக் கரைத்துக் குடித்து விட்டிருந்ததாக அதுவரை எண்ணியிருந்த அப்பா செயலற்று நிற்க, அப்பா சைகாலஜியைப் புரிந்து கொண்ட தீபாவின் முகத்தில் புன்னகை.

குழந்தைகளை எப்படி வழிக்குக் கொண்டு வருவது? இது ஒரு மில்லியன் டாலர் கேள்வி. அதட்டல், உருட்டல், அடி போன்றவை சரியான வழிகள் அல்ல என்பதை அறிந்து வைத்திருக்கும் பெற்றோர் கூட, நயமாகச் சொன்னாலும் அதை எடுத்துக் கொள்ளாத குழந்தையை என்ன செய்வது என்று கையைப் பிசைந்து கொண்டிருக்கிறார்கள்.

இந்தப் பிரச்னைக்குப் பொதுத் தீர்வு என்று எதுவும் கிடையாது. ''இப்படி எல்லாம் விஷமம் பண்ணினால் நான் வீட்டை விட்டே போயிடுவேன்'' என்ற யுக்தி கொஞ்ச நாள் பலிக்கலாம். ''போய்க் கோயேன்'' என்று சொல்லுமளவிற்குக் குழந்தை கொஞ்ச நாளில் 'தெளிவு' பெற்று விடும்.



''அம்மா உனக்கு வேணுமா இல்லையா? அப்போ நான் சொன்னதைக் கேள்'' என்பது போன்ற செண்டிமெண்டான வியூகங்கள் கொஞ்ச நாள் பலன் தரலாம். பிறகு? பிறகு?

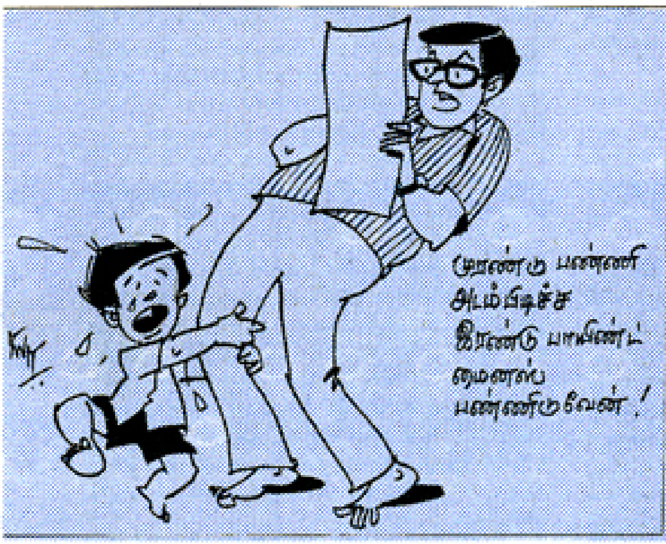
என் அனுபவத்தில் வெற்றி கண்ட ஒரு யுக்தியை உங்களிடம் பகிர்ந்து கொள்

கிறேன். உங்கள் குழந்தைக்கு மிகவும் பிடித்த நியாயமான விருப்பங்களை விலைக்கு ஏற்றவாறு பட்டியலிடுங்கள். உதாரணமாக பொம்மை, உடை, கைக் கடிகாரம், சைக்கிள் இந்த மாதிரி.

★ நீங்கள் சொல்லும் ஒவ்வொரு விஷயத்தையும், உங்கள் மகன் அல்லது மகள் கடைப்பிடிக்கும் போதும் ஒரு பாயிண்ட் கொடுங்கள்.

★ கஷ்டமான அல்லது குழந்தைக்குப் பிடிக்கவே பிடிக்காத வேலை என்றால் அதைச் செய்தால் இரண்டு பாயிண்டுகள் கொடுக்கலாம்.

★ செய்த வேலைக்குத்தான் என்றில்லை. ஏதாவது ஒரு விஷமத்தை அல்லது ஒழுக்கமின்மையைச் செய் யாதே என்று சொல்லி அதன்படி குழந்தை நடந்து கொண்டாலும் பாயிண்ட் உண்டு.



★ "20 பாயிண்ட்டுகள் எடுத்தால் பொம்மை. 50 எடுத்தால் உடை. 100 எடுத்தால் கைக் கடிகாரம். 200 என்றால் சைக்கிள்" என்பது போல் ஒரு அட்டவணை போட்டு அதைக் குழந்தையிடம் சொல்லி விடுங்கள்.

★ இவை மட்டுமல்ல. எதையாவது சொல்லி அதைக் குழந்தை செய்யவில்லையென்றால் ஒரு பாயிண்ட் குறைக்கப்படும். இதையும் தெளிவுபடுத்தி விடுங்கள். ஆனால் ஆரம்ப நாட்களில் இதுபோன்ற மதிப்பெண்களைக் குறைக்க வேண்டாம். வெறும் எச்சரிக்கையோடு நிறுத்திக் கொண்டு விடுங்கள்.

★ உங்கள் எதிர்பார்ப்புகள் ரொம்பக் கடுமையானவையாக இருக்கக் கூடாது. உங்கள் மகன் வாசலில் விளையாடிக் கொண்டிருக்கிறான். "இந்த நிமிடமே ஆட்டத்தை நிறுத்தி விட்டு வந்து ஹோம்-ஒர்க் செய்தால்தான் பாயிண்ட்" என்று சொல்லாமல் "இன்னும் பத்து நிமிஷத்திலே நீ ஹோம்-ஒர்க் செய்ய ஆரம்பிக்கணும்" என்று சொல்லுங்கள். அப்போதுதான் "எனக்கு ஒண்ணும் இந்த பாயிண்ட் கேம் வேண்டாம்" என்று தூக்கியெறியாமல் இருப்பார்கள்.

விருப்பமான குறிக்கோள் இருந்தால் அதற்கான முயற்சிகளும் சிறப்பானதாகவே இருக்கும் என்ற அடிப்படையில் செயல்படுத்தப்படும். இந்த உத்தி உங்கள் வீட்டில் பலனளிக்கிறதா பாருங்களேன்.

'எண்'ணிப் பார்ப்போமே - 4

நாலு பேருக்கு நடுவில்

வீட்டில் அம்மா நூறு முறை திருஷ்டி சுற்றிப் போட்டிருப்பாள். "என் கண்ணே பட்டுடும் போலிருக்கு. நீ ரொம்ப அழகா வரையறே நிம்மி" எட்டு வயது நிம்மியின் முகம் சந்தோஷத்தைக் காட்டுகிறது.

பள்ளியிலிருந்து தலைதெறிக்கும் வேகத்தில் வீட்டுக்கு ஓடி வந்த நிம்மி "அம்மா இன்னிக்கு எங்க மிஸ் என்னைப் பார்த்து, 'நல்லா ட்ராயிங் போடறே. கீப் இட் அப்'னு சொன்னாங்க" என்று உடைந்த வாக்கியத்தில் சொன்ன போது அவள் முகத்தில் தோன்றிய விவரிக்க முடியாத பிரகாசத்தைப் பார்த்ததும் அம்மாவுக்கு "நான் சொன்னதையே அவள் டீச்சர் சொன்ன போது இந்தப் பெண்ணுக்கு இத்தனை அதிக மகிழ்ச்சியா?" என்ற கேள்வி மனதின் மூலையில் எழுகிறது. அதற்கான விடை நிம்மியின் அடுத்த வாக்கியத்திலேயே கிடைத்து விடுகிறது.

"அதுவும் வகுப்பிலே அத்தனை பசங்க நடுவிலே அதைச் சொன்னாங்க."

நாலு பேர் நடுவில் அங்கீகாரம் கிடைத்தால் மகிழ்ந்து போவது பெரியவர்கள் மட்டுமல்ல; குழந்தைகளும்தான்.

இதைப் பல பெற்றோர்கள் ஏனோ ஆக்கபூர்வமான வழிகளில் பயன்படுத்துவதில்லை.

"இன்னிக்கும் பென்சிலைத் தொலைத்து விட்டு நிற்கிறாயா? இன்னும்

மூணு நாளைக்கு நீ அம்மாவோட பேச வேண்டாம்'' என்று சொல்லும் போது கூட அப்படியொன்றும் பதட்டத்தைக் காண்பிக்காத ஆறு வயது அபர்ணா ''அதெப்படி உனக்கு மட்டும் தினமும் ஒரு பென்சில் தொலையுது? நாளைக்கு உன் தோழி ரம்யா வருவா இல்லே. அவளும் உன்னை மாதிரி அடிக்கடி பென்சிலைத் தொலைக்கிறாளான்னு கேட்கிறேன்'' என்று சொன்னால் முகம் சிறுத்துப் போய் ''வேண்டாம்மா ப்ளீஸ்'' என்று கெஞ்சத் தொடங்குவாள்.

உங்கள் குழந்தையின் மனதில் ஆழமாக வடுவை ஏற்படுத்த வேண்டுமா? (அப்படி யாராவது விரும்புவார்களா? ஒரு விளக்கத்துக்காக இந்தக் கேள்வி). ரொம்ப சிம்பிள். அவளது வகுப்பாசிரியையிடம் சென்று ''வீட்டிலே இவ தொட்டதுக்கெல்லாம் பிடிவாதம் பிடிக்கிறா டீச்சர். இவ பள்ளிக் கூடத்திலேயாவது ஒழுங்கா நடந்துக்கிறாளா?'' என்று உங்கள் பெண்ணின் காதுபடச் சொன்னாலே போதும்.

எல்லோருக்குமே நெஞ்சின் ஓரத்தில் துளியூண்டு குரூரத்தனமாவது ஒட்டிக் கொண்டிருக்கும் என்கிறார்கள் மனவியல் நிபுணர்கள். ஆனால் அதை நாம் குழந்தைகள் விஷயத்தில் வெளிப்படுத்துவது கொடுமையான ஒன்று.

அடுத்த வீட்டு பையனைக் கூப்பிட்டு, ''நீ எல்லாத்திலேயும் தொண்ணூறு மார்க் வாங்குறே. அதனாலே நீ எந்த விளையாட்டு விளையாடினாலும் தப்பில்லே. ஆனால் எங்க வீட்டு பிரகஸ்பதி ஐம்பது மார்க்குக்கே உன்னைப் பிடி என்னைப் பிடின்ற நிலையிலே இருக்கான். இவனுக்கென்ன கிரிக்கெட் வேண்டிவிருக்கு சொல்லு'' என்று ஒரு போதும் சொல்லாதீர்கள். நண்பன் எதிரே அவமானப்படுத்தப்பட்ட ரணம் கலபத்தில் ஆறாது. அது மட்டுமல்ல அந்தக் கோபம் உங்கள் மேல் வன்மமாக மாறி உங்கள் அறிவுரைகளை ஏற்க மறுக்கும் பிடிவாதமாக அது நாளடைவில் உருமாறக்கூடும்.

ஒரு நிமிடம் யோசித்துப் பாருங்கள். உங்கள் பெண்ணோ பிள்ளையோ ஒரு நல்ல காரியத்தைச் செய்தால் அதை வீட்டுக்குள்ளேயே சொல்லிப் பாராட்டிக் கொண்டிருக்காமல் நாலைந்து பேர் நடுவில் அவளை(னை)ப் பாராட்டி இருக்கிறீர்களா? அதுபோன்ற உண்மையான பாராட்டு ஒரு பெரும் உற்சாகத்தை உங்கள் குழந்தையிடம் உண்டாக்கும்.

நாமே நாலு பேர் நடுவில் குழந்தைகளைக் கேலி செய்தால்தான் தப்பு என்றில்லை. நாலு பேர் நடுவில் அவர்கள் அவமானப்படும் சூழ்நிலையை உண்டாக்குவதும் கூட செய்யக் கூடாத ஒன்றுதான்.

''பாட்டுக் க்ளாஸில் சேர்த்தால் பாதி நாள் போகாமல் அடம்பிடிக்கிறே இல்லே? உனக்குப் ப்ராக்ரஸ் ரிப்போர்ட்டிலே மூணு நாள் கழிச்சுதான் கையெழுத்து போட்டுத் தருவேன். நல்லா டீச்சர் கிட்டே திட்டு வாங்கு'' இதுவும் சரியில்லை.

மேனேஜ்மெண்டில் ஒரு அடிப்படைப் பாடம் உண்டு. ஒரு மனிதனின் தேவைகளை படிப்படியாகப் பட்டியலிடுகிறார் மாஸ்லோ என்கிற பிரபல நிபுணர். இதன்படி ஒரு மனிதனின் முதல் தேவை அடிப்படை அவசியங்களான உடை, உணவு, இருப்பிடம் ஆகியவை. இவை கிடைத்தவுடன் மனித மனம் விரும்பும் அடுத்த விஷயம் ''அங்கீகாரம்''தானாம். இந்த அங்கீகாரம் நாலு பேர் நடுவிலே அளிக்கப்படும் போது பல பங்கு அதிக பலனைத் தரும். இது குழந்தைகள் சைகாலஜி விஷயத்தில் நிச்சயம் பொருந்தும் - அதிகமாகவே.

– ஜி. எஸ். எஸ்.



காய்ந்த கறிவேப்பிலை, வெந்தயம், சீரகம், பெருங்காயம் ஆகியவற்றை வறுத்துப் பொடி செய்து கொண்டு சாம்பார், ரசம், வற்றல் குழம்பு செய்து இறக்கும்போது பொடியைத் தூவி இறக்கலாம். மணமாக இருக்கும்.

- ஜெசிந்தா

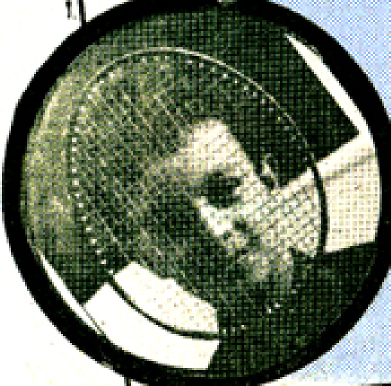
உங்கள் குழந்தையின்



குடும்பச் சூழ்நிலை குழந்தையின் வளர்ச்சியைப் பாதிக்கும்; அல்லது பாதுகாக்கும். குடும்பச் சூழ்நிலை சரியாக இல்லாதபொழுது குழந்தைகள் எப்படி வளர்கிறார்கள்? பனிரெண்டு விதமாக இங்கே விவரிக்கப்படுகிறது-



அதிகார முறை : இந்த வீடுகளில் வளரும் குழந்தைகளிடம் கேள்வி இல்லாத கீழ்ப்படிதல் எதிர் பார்க்கப்படுகிறது. குழந்தைகள் எப்பொழுதாவது அல்லது ஒருபோதும் குடும்பத் தீர்மானத்தில் பங்கு கொள்வதில்லை. சில சமயங்களில் இந்தச் சூழ்நிலையில் வளரும் குழந்தைகள் மிக்க பண்பு நிறைந்தவர்களாக, அல்லது நல்ல நடத்தையுள்ளவர்களாக வரலாம். அல்லது முற்றிலும் மாறுபட்டவர்களாகவும் வரலாம். ஒரு காலத்தில் கூச்ச சுபாவமும் நல்ல நடத்தையும் உள்ள குழந்தை பிற்காலத்தில் வன்முறையாளனாகவும் மாறலாம்.



அடக்குமுறை : கிட்டத்தட்ட மேலே சொன்ன மாதிரிதான். குழந்தைகளின் கருத்துக்கள், உணர்வுகள், வெளியிட முடியாதபடி அடக்கப்பட்டு விடுகிறது. அப்படியே இருந்தாலும் பெற்றோருக்கு எது தேவையோ அது மட்டுமே வெளிப்படுத்தப்படுகிறது. இக்குழந்தைகள் குடும்பத்திற்கு வெளியேயும் உணர்வுகள், கருத்துக்களை வெளியிடத் தயங்குவார்கள். இம்மாதிரி குடும்பத்தில் நெருங்கிய உறவுகள் ஏற்படுவதில்லை.

விலக்குதல் : இம்மாதிரி குடும்பத்தில் குழந்தைகள் தாங்கள் விரும்பப்படாத மாதிரியும், ஏற்கப்படாத மாதிரியும் உணர்வார்கள். சில பெற்றோர்கள் குழந்தைகளையும், அவர்களின் செயல்களையும்

பிரித்துப் பார்க்கத் தெரியாமல் கஷ்டப் படுவதுண்டு. குழந்தைகளும், பெற்றோர் களும் ஒருவரை ஒருவர் நேசிப்பதற்குக் கண்டிஷன்கள் இல்லை என்பதைப் புரிந்து கொள்ள வேண்டும். குழந்தையையும் அதன் பிடிக்காத நடவடிக்கையையும் பிரித் துக் காட்ட வேண்டும். ''உன்னை எனக்குப் பிடிக்கும்; இருந்தாலும் உன் பொறுப்பில் லாத தன்மைதான் எனக்குக் கோபத்தை வரவழைக்கிறது'' என்று உணர்த்த வேண்டும். இதனை உணராதவரை குழந் தைகள் வெகு கலபத்தில் ஒதுக்கப்படு வார்கள்.





அவட்சியம் : எல்லோரும் சகட்டு மேனிக்குக் குழந்தைகளை விமர்சிப்ப தோடு ''அப்பவே தெரியும் இவன் இப்படித்தான்'' என்று தீர்க்கதரிசனமாக விமரிசிப்பார் கள். அந்த விமர்சனம் பொது வாகக் குழந்தைகளை சிடு மூஞ்சி ஆக்கி விடுவதோடு, மற்றவர்க ளுடன் நல்ல உறவுமுறைகளை வளர்த்துக் கொள்ள முடியாமல் செய்துவிடும்.

உயர்ந்த நியமங்கள் : 'நான் நல்ல உயர்ந்த வரைமுறைகளை வைத்திருக்கா விட்டால் என்னை யாரும் விரும்ப மாட் டார்கள் என்று குழந்தை எண்ணிக் கொள் ளும். 'நான் எப்பொழுதும் 95% மார்க் எடுக்க வேண்டும்; இல்லாவிட்டால் அம்மா அப்பாவிற்குப் பிடிக்காது'' எங்கா வது தோல்வி அடைந்து விடுவோமோ என்ற பயம் சரியாக செய்ய விடாமல் தடுக் கும். அதனால் குழந்தைகள் தங்களால் நன்கு செய்ய முடிந்தாலும் இந்த மன விசாரம், பளுவால் தோல்வி அடை கின்றன.



ஒற்றுமையின்மை : எப்பொழுதும் சண்டை, சச்சரவு உள்ள சூழ்நிலை. இந்தச் சூழ்நிலையில் குழந்தைகள் ஒன்றினைத் தெரிந்து கொள்கிறார்கள் - அடுத்தவர்களை எப்படிக் கட்டுப்படுத்துவது அல்லது கட் டுப்படுத்துவதிலிருந்து எப் படித் தப்புவது என்று. அதி காரம் ஒன்றுதான் முக்கிய

சூழ்நிலை சரியாக உள்ளதா?

மான குறிக்கோளாகி விடுகிறது. இம் மாதிரி வீடுகளில் கட்டுப்பாடு மாறி மாறி வரும் - ஏனென்றால் பெற்றோர்கள் தங்களது 'மூடு'க்குத் தகுந்த மாதிரி குழந்தைகளைக் கண்டிப்பதும் விட்டு விடுவதுமாக இருப்பார்கள்.

நிலை இல்லாத கட்டுப்பாடுகள் : இம் முறையில் ஒரே மாதிரியான தொடர்ந்த கண்டிப்பு இருக்காது. அதனாலே குழந்தைகளுக்குக் குழப்பமும், ஒற்றுமை யின்மையும் ஏற்படும். சுயக்கட்டுப்பாடு இன்மை, குறிக்கோள் இன்மை, சுயநலம், நிலை இல்லாத தன்மை, நல்ல உறவு இன்மை எல்லாமுமாகச் சேர்ந்து வளர்ப்பு முறை ஒரு நிலையற்ற தன்மையாகி விடுகிறது.

பணமே பிரதானம் : இந்த மாதிரி வீடுகளில் வளரும் குழந்தைகள் தன் வகுப்பு, தன் வயதுக் குழந்தைகளிடம் எவ்வளவு பணம் இருக்கிறது என்பதைப் பொறுத்தே அவர்கள் சுயமதிப்பைக் கணக்கிடுவார்கள். பணத்திற்குத் தரப்படும் முக்கியத்துவம் உறவு முறைக்குத் தரப் படுவதில்லை.

அதீத பாதுகாப்பு : பெற்றோர்களே எதையும் செய்து அதீத பாதுகாப்பு தருவதால் குழந்தைகள் சுயமாக எதையும் செய்து வளருவதில்லை. அவர்களைச் சுயமாக நினைத்து நடக்க விடாததால் ஓரளவு திதர்சனங்கள் தெரிய வாய்ப்பில்லாமல் போய் விடுகிறது. இந்தக் குழந்தைகள் கையாலாகாத்தனமும், பெற்றோரைச் சார்ந்து இருக்கப் பழகியும் விடுகிறார்கள். சார்ந்து இருக்கப் பழகும் குழந்தைகள் பின்னாளில் எதற்கு எடுத்தாலும் மற்றவர்களின் அங்கீகாரத்தை நம்பியே செயல்படுவார்கள்.

அனுதாபம் : அதீத பாதுகாப்பு மாதிரி, இரக்கமும் குழந்தைகளின் ஆரோக்கியமான மனவளர்ச்சியைத் தடைபடுத்தி விடுகிறது. பிரச்னைகளை எதிர்நோக்கும் குணமின்றி வளர்ந்து விடுகிறார்கள். குறிப்பாக ஊனமுற்ற குழந்தை, ஊனத்தையே சாக்காக வைத்து மற்றவர்களின் இரக்கத்தைச் சம்பாதித்துக் கொள்ள விரும்பும்.

அவநம்பிக்கை : எதிலும் ஒரு அவநம்பிக்கை வாழ்வின் ஒரு அங்கமாகி விடக் கூடும். அதிலும் பெற்றோர்கள் வாழ்வில் தோல்வியையும், அதைரியத்தையும் உடையவர்களாக இருந்தால் அந்த மனோபாவத்தைக் குழந்தைகளிடம் புகுத்தி விடுகிறார்கள். குடும்பத் தலைவன் பொருளாதார ரீதியில் போதுமான வருவாயைச் சம்பாதிக்கும் சூழ்நிலை இல்லாத பொழுது அக் குடும்பத்தில் அவநம்பிக்கை இருக்கக்கூடும்.

தியாகி : தியாக மனப்பான்மை மற்றொரு அவநம்பிக்கையே. தியாக மனப்பான்மை உடையவர்கள் - தாழ்வு மனப்பான்மை, அவநம்பிக்கை அதைரியம் என்ற மூன்றினாலும் கஷ்டப்படுவார்கள். இக் குழந்தைகள் வாழ்க்கை நியாயமற்றது என்றும் மற்றவர்கள் அவர்களைச் சரியாக நடத்த வேண்டும் என்றும் எதிர்பார்ப்பது உண்டு. கூடவே சார்ந்து இருக்கும் தன்மையும் வந்து விடுகிறது.

இவைகளை உணர்ந்து மாற்றிக் கொண்டால் நிலைமை சீரடையும்.

- பூங்கோதை குருதாஸ்

படங்கள் : ஓம் சுப்ரமணியன்

சமீபத்தில் எங்கள் வீட்டில்
நடந்த விசேஷத்திற்கு வெளியில்
இருந்து இட்லி மாவு அரைத்து வந்தது.
காலையில் இட்லியை ஊற்ற எடுத்தால் மாவு
நீர்த்துத் தண்ணீராக இருந்தது. உடன் சமையல்காரர்
அரை கிலோ ரவையை மாவில் கொட்டிக் கிளறி ஐந்து
நிமிடங்கள் கழித்து இட்லி ஊற்றினார். இட்லி மாவு கெட்டி
யாக நன்றாக வந்ததுடன் இட்லியும் மிருதுவாகவும் சுவையாக
வும் இருந்தது. மாவு தண்ணீராகி விட்டால் நீங்களும் இந்த
முறையைப் பின்பற்றலாம்.

- பாலா



காஞ்சி முனிவரின்
காமாக்ஷி வழிபாடு

காமாக்ஷி அம்மன் பற்றிப் பரமாச் சார்யாள் அருளிய தொகுப்பு.

விலை ரூ. 10.00

ஆனந்தமாய் வாழ
ஆசார்யாள் வழிமுறைகள்

நம்முடைய நல்வாழ்க்கைக்குப் பரமாச் சார்யாள் அருளியுள்ள அறிவுரைகள்.

விலை ரூ. 22.00

(இரண்டும் தொகுப்பு - அம்மன் சத்திய நாதன், பதிப்பு - அருள்மிகு அம்மன் பதிப்பகம், 212, இராயப்பேட்டை நெடுஞ் சாலை, இராயப்பேட்டை, சென்னை - 600 014.)



பிள்ளைகளை முன்னேறச் செய்வது எப்படி?

வீட்டுச் சூழ்நிலை, அன்பு, பண்பு, பேச்சு இவையெல்லாம் நல்ல குழந்தை களை உருவாக்க உதவும் என்கிறார்கள்.

விலை ரூ. 11.00

திருத்தலங்களைத் தரிசிக்க வாரீர்

இந்தியாவிலுள்ள பல முக்கிய திருத் தலங்களின் மகிமை, எங்கே இருக்கிறது போன்ற தகவல்கள்.

விலை ரூ. 22.00

வீடு கட்டுவதற்குத் தேவையான
தரமான பொருள்களைத்
தேர்ந்தெடுப்பது எப்படி?

விலை ரூ. 12.00

(மூன்றும் தொகுப்பு : மணிமேகலைப் பிரசுர ஆசிரியர் குழு.)

லேனா தமிழ்வாணனின்
ஒரு பக்கக் கட்டுரைகள்

நாம் ஏமாறலாமா? எனக்கு ஏது நேரம் போன்ற பல சுவையான கட்டு ரைகள்.

விலை ரூ. 16.00

(நான்கும் - மணிமேகலை பிரசுரம், த. பெ. எண் 1447, 4, தணிகாசலம் சாலை, தி. நகர்., சென்னை - 17.)

கதை சொல்லும் கணக்குகள்

கதைகள் மூலமாகப் பல சுவையான கணக்குப் புதிர்களை விடுவிப்பவர் ஆசிரி யர் பூவண்ணன்.

விலை ரூ. 9.00

வாகனங்கள் வளர்ந்த கதை

ஆசிரியர் : முல்லை பி.எல். முத்தையா

விலை ரூ. 6.00

(இரண்டும் - உதயா புக் சென்டர், பிரை வேட் லிமிடெட், 6, சிவப்ரகாசம் தெரு, மவுண்ட் ரோடு, சென்னை - 1.)

ஜனனி

லா. ச. ராமாமிருதம் எழுதிய சிறு கதைத் தொகுப்பு. வார்த்தைகள் தீட்டிய வண்ணங்களாக ஜாலம் காட்டும் எழுத்துச் சுடர்கள்.

விலை ரூ. 27.00

உத்தராயணம்

லா. ச. ராமாமிருதம் எழுதிய சிறுகதைத் தொகுப்பு.

விலை ரூ. 20.00

ஏகநாதரின் மலைச் சொற்பொழிவும்
மனித வாழ்க்கையும்

ஆசிரியர் பி. சி. கணேசன்

விலை ரூ. 10.00

மும்மடங்கு பொலிந்தன

கம்பனின் காவியத்தில் அமைந்த காவியப் படைப்புக்களைப் பற்றியும், பாரதியார், காஞ்சி மாமுனிவர் பற்றியும் எழுதியுள்ளார் ஆசிரியர் மு. மு. இஸ்மாயில்.

விலை ரூ. 40.00

ஒரு மறக்க முடியாத அனுபவம்

மு. மு. இஸ்மாயில் அவர்கள் எழுதிய கட்டுரைத் தொகுப்பு.

விலை ரூ. 35.00

(ஐந்தும் - வானதி பதிப்பகம், 13, தீனதயாளு தெரு, தி. நகர், சென்னை - 17)

ஸ்ரீ காணாபத்ய அம்ருதம்

கணபதியின் வரலாறு, ஸ்தோத்திரங்கள், பூஜை செய்யும் முறை அருளியவர் - ஸ்ரீமத் புவனேஸ்வரி ஸ்வாமிகள்.

விலை ரூ. 25.00

ஸ்ரீ சுப்ரமண்ய ஆனந்த தத்வ ப்ரகாசம்

ஸ்கந்த புராணம், வேலவன் பெருமை, பூஜை முறைகள், ஸஹஸ்ரநாமம் அருளியவர் - ஸ்ரீமத் புவனேஸ்வரி ஸ்வாமிகள்.

விலை ரூ. 30.00

(இரண்டும் - ஸ்ரீ பாரத்வாஜ ஆச்ரமம், கங்கை நகர், ரெட் ஹில்ஸ் ரோடு, அம்பத்தூர், சென்னை - 53.)

மறுபடியும் பூக்கும்

க. தணிகையின் கவிதைத் தொகுப்பு.

விலை ரூ. 14.00

(தெய்வா பதிப்பகம், 11/105 புதுச்சாம்பள்ளி, மேட்டூர் அணை - 636 403)

சகோதரிகளுக்கு

பெண்களுக்குத் தோழியாக இருந்து பல்வேறு அறிவுரைகள்.

விலை ரூ. 10.00

தன் மதிப்பை உயர்த்த வழிகள்

தோல்வியை வெல்லும் வழிகள் போன்ற கட்டுரைகள்

விலை ரூ. 9.00

இயற்கை வைத்தியம்

ஆழ்ந்து சுவாசித்தல் போன்ற கட்டுரைகள்.

விலை ரூ. 10.00

(மூன்றிற்கும் ஆசிரியர் கே. என். சரஸ்வதி, பதிப்பு - கடலங்குடி பப்ளிகேஷன்ஸ், 38, நடேச அய்யர் தெரு, சென்னை - 17.)

வேம்பு ஓர் அருட்கொடை

டாக்டர். கோ. அர்ச்சுனன், டாக்டர். அ. அப்துல்கரீம் இருவரும் இணைந்து வேம்பின் பல சிறப்புக்களைக் கூறுகிறார்கள்.

விலை ரூ. 20.00

(தேவி பதிப்பகம், 8, காவேரி நகர், கருமண்டபம், திருச்சிராப்பள்ளி - 620 001.)

உத்தரமேரூர் உலா

உத்தரமேரூர் மாவட்டத்தினைத் தனது ஆராய்ச்சிக்கு எடுத்துக் கொண்டு, அதிலுள்ள பல்வேறு கிராமங்களின் சிறப்பு, கோயில்கள், மனிதர்கள் எனச் சுவைபடச் சொல்கிறார் ஆசிரியர் : இனியவன்.

விலை ரூ. 30.00

(வாசுகி நூலகம், விநாயகநல்லூர், வேடந்தாங்கல் போஸ்ட், செங்கை எம்.ஜி.ஆர். மாவட்டம் - 603 314.)

'மில்க் மேயர்!'

சென்னை நகரில் ஏழைக் குழந்தைகளுக்கும், இளம் குழந்தைகளின் தாய்மார்களுக்கும் இலவசமாகப் பால் வழங்கும் திட்டம் ராதாகிருஷ்ண பிள்ளையினால்தான் தொடங்கப்பட்டது. இந்தப் பணிக்காகச் சென்னை மாநகராட்சி கூடுதலாக ஊழியர்களை நியமித்தது. தொடக்கத்தில் அரசாங்கம் 1500 படி பால் வழங்கியது. அதனை மாநகராட்சி ஏற்றுக் கொண்டது. பின்னர் படிப்படியாக அந்த அளவு பெருகியது.

ஏழைக் குழந்தைகளுக்கும், இளம் தாய்மார்களுக்கும் இலவசமாகப் பால் வழங்கும் திட்டத்தை ராதாகிருஷ்ண பிள்ளை பெரும் முனைப்போடு செயல்படுத்தினார். "அவர் மேயராக இருந்த போது முதன் முதலாக இந்திய மாதர் சங்கத்திற்காக ஏழைக் குழந்தைகளுக்கும் இலவசமாகப் பால் வழங்கும் சிறந்த திட்டத்தை ஆரம்பித்து வைத்தார்" என்று சமூக சேவகி சரோஜினி வரதப்பன் மகிழ்ச்சியுடன் குறிப்பிட்டார்.

மில்க் மேயர் (பால் வழங்கும் மேயர்) என்று அனைவரும் ராதாகிருஷ்ண பிள்ளையை அழைக்கத் தொடங்கினர் என்று, 1985-ம் ஆண்டில் இந்த நூலாசிரியரிடம் மாநகராட்சி அலுவலர் ஒருவர் குறிப்பிட்டார்.

இன்றைய சத்துணவுத் திட்டம், முன்பு அமைந்த மதிய உணவுத் திட்டம் ஆகியவற்றுக்கு முன்னோடியாக ராதாகிருஷ்ண பிள்ளையின் பால் வழங்கும் திட்டம் அமைந்தது எனலாம்.

– மேயர் எம். ராதா கிருஷ்ண பிள்ளை வாழ்க்கையும், பணிகளும் - ஓர் ஆய்வு என்ற இந்த நூலில் இது போல பெண்களுக்காக அருந் தொண்டாற்றிய மேயர் எம். ராதா கிருஷ்ண பிள்ளையைப் பற்றி விரிவாக எழுதியுள்ளார் கலைமாமணி கருப்பையா.

விலை ரூ. 150.00

(பேராசிரியர் பழனிசாமி அறக்கட்டளை, 10, அம்மையப்பன் தெரு, ராயப்பேட்டை, சென்னை - 14.)

என்னுடைய சேமிப்பு எல்லாம் எனக்கு அதிக அளவில் பலன் தரவேண்டும் என்று விரும்புகிறேன்

சேர்க்கும் பொருளை எல்லாம் ஒரே இடத்தில் வைப்பது சிறந்தது அல்ல என்று எனக்குத் தெரியும். முதலீடுகளைப் பரவலாகப் பல்வேறு இடங்களில் செய்வதன் மூலம், செலுத்த வேண்டிய வரிகளை நன்கு திட்டமிட முடியும். மேலும், ஒன்றுக்கு மேற்பட்ட நிறுவனங்களில் முதலீடு செய்வதன் மூலம் நஷ்ட அபாயத்தைக் குறைப்பதோடு, தேவைகளுக்கு ஏற்றவாறு நிதி நிர்வாகம் செய்யப் பலவகை வாய்ப்புகள் எனக்குக் கிடைக்கிறது.

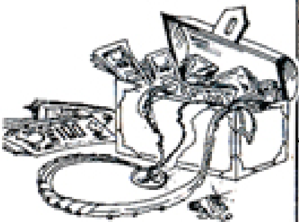


எடுத்துக்காட்டாக, உறுதியான பின்னணி மரபைக் கொண்ட ஜுஷர் ஸ்பான் ஒரு நல்ல தேர்வு ஆகும். 'கேஷ் செஸ்ட்' - இது மிக வசதியான குமுலேட்டிவ் டெபாசிட் திட்டமாகும். பிரியாவின் மேற்படிப்புக்கு இது நிச்சயம் உதவும். அல்லது நான் வாங்கத் திட்டமிட்டிருக்கும் வீட்டு மனைக்கு உதவும். அல்லது ஒரு சிறு தொழில் தொடங்கவும் உதவுமே!

அவர்களுடைய 'கேஷ் ஃப்ளோ' பிக்ஸட் டெபாசிட் திட்டங்கள் என்னுடைய குறுகிய கால செலவுகளைச் சமாளிக்க உதவும். ஷீலாவுக்கு ஓர் அன்பளிப்பைத் தந்தால் வியப்பில் மகிழ்வாள். ஒரு சிறு விருந்து கூட வைக்கலாம். இன்ஷுரன்ஸ் பிரீமியம் தொகைகளைச் செலுத்தவும் இது கைகொடுக்கும்.

EICHER

இரண்டு அருமையான வாய்ப்புகள்



"கேஷ் செஸ்ட்" குமுலேட்டிவ் டெபாசிட் திட்டம்	
காலம்	குறைந்த பட்சத் தொகை
25 முதல் 60 மாதங்கள் வரை எத்தனை மாதங்களாயினும்	ரூ. 1000/-

முதிர்வடையும்போது மதிப்பு ரூ. 1000/-க்கு 15% ஆண்டு ஒன்றுக்கு என்ற விகிதத்தில் மாதந்தோறும் கூட்டப்படும்.

காலம் (மாதங்கள்)	முதிர்வடையும் போது மதிப்பு (ரூ.)	வருடாந்திர விளைவு (%)
25	1364	17.47
36	1564	18.80
48	1815	20.37
60	2107	22.14

15%

[illegible]

"கேஷ் ஃப்ளோ" பிக்ஸட் டெபாசிட் திட்டம்		
காலம்	குறைந்த பட்ச தொகை (ரூ.)	வட்டி வழங்கப்படும் கால அளவு
25 முதல் 60 மாதங்கள் வரை எத்தனை மாதங்களாயினும்	2000/-	காலாண்டுக்கு ஒருமுறை
	6000/-	மாதந்தோறும் அல்லது காலாண்டுக்கு ஒரு முறை



ரூ. 500 கோடி ஐஷர் குரூப்பை அடித்தளமாகக் கொண்டது

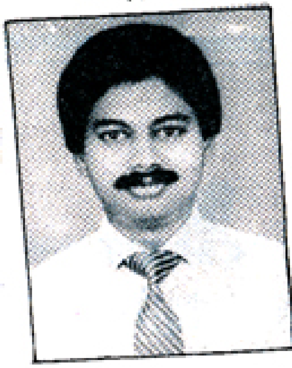
ஐஷர் ஸ்பான் பைனான்ஷியல் சர்வீசஸ் லிமிடெட்

பதிவுபெற்ற அலுவலகம் : 115 அண்ணா சாலை, சென்னை 600 015.
தொலைபேசி : 8350013/ 8350634/ 8351921
டெலக்ஸ் : 041-81099 ஃபேக்ஸ் : 044-8351333

17.8.92 தேதியிட்ட ஹிந்து மற்றும் 17.8.92 தேதியிட்ட தினமணி பத்திரிக்கைகளில் வெளியிடப்பட்ட சட்டபூர்வமான விளம்பரத்தில் உள்ள எல்லா இதர விவரங்களிலும் எந்த வித மாற்றமும் இல்லை.

* ரவீந்திரன்

ரவையை எதிலிருந்து தயாரிக்கிறார்கள்? மைதா மாவு எதிலிருந்து வருகிறது என்று கேட்டால் பலருக்கும் தெரியாது. ஒருவிதக் கிழங்கில் இருந்து தயாரிக்கிறார்கள் என்று நிறையப் பேர் நினைத்துக் கொண்டு இருக்கிறார்கள். 'ஆட்டா' எனப்படும் கோதுமை மாவு எப்படி கோதுமையில் இருந்து தயாரிக்கப்

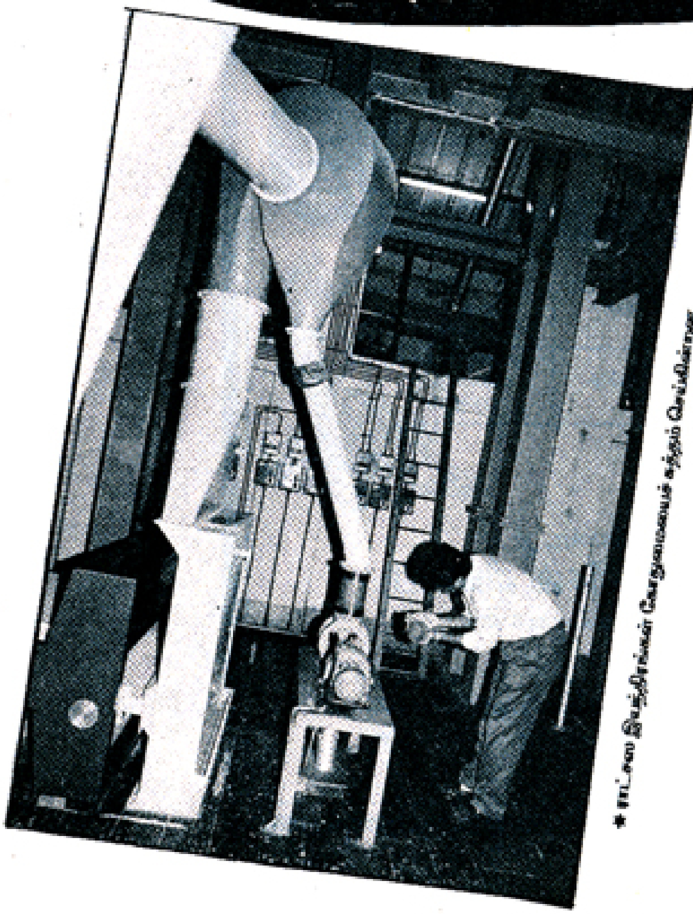


படுகிறதோ அதேபோல ரவை, மைதாவும் கோதுமையின் மற்ற தயாரிப்புக்கள்தான். இன்று தமிழ்நாட்டிலும் கோதுமையை அதிகம் பயன்படுத்த ஆரம்பித்திருக்கிறோம். சரி, இவற்றையெல்லாம் எப்படித் தயாரிக்கிறார்கள்?

சப்பாத்தி, பூரி என்பது வட இந்தியர்களின் உணவு என்பது போய், நம்முடைய உணவுகளிலும் இன்றியமையாத ஒன்

மைதா

எப்படித் தயாராகிறது?



* ராட்சஷ இயந்திரங்கள் கோதுமையைச் சுத்தம் செய்கின்றன.

றாகி விட்டது. கோதுமையை நாமும் அதிகம் பயன்படுத்த ஆரம்பித்து விட்டோம். கோதுமையின் பல்வேறு அவதாரங்கள்தான் ரவை, ஆட்டா, மைதா போன்றவை.

கோதுமையை வாங்கி மிஷினில் கொடுத்து அரைத்து மாவாக்கிய காலமும் போய் கோதுமை மாவாகவே பயன்படுத்த ஆரம்பித்து விட்டோம். எனவே கோதுமை மாவு மில்களுக்கு இப்போது வாய்ப்பு அதிகம். 1960ல் ஒன்பது மில்களே இருந்த நிலைமை போய் இன்று மூம் பத்தியெட்டு மில்கள் தமிழ்நாட்டில் உள்ளன. அவற்றுள் மிகப் பழமையானதும், இன்றைக்கும் முன்னணியில் இருப்பதுமான 'சென்கரி ஃப்ளோர் மில்ஸ்' ஆண்டிற்கு முப்பத்திரண்டாயிரம் மெட்ரிக் டன் கோதுமைப் பொருட்களை விநியோகிக்கிறது.

இவர்கள் இங்கு என்ன செய்கிறார்கள்?

ஆலையில் நுழையும் போதே 'கம்'மென்ற கோது

மையின் மணம் நம் மூக்கைத் துளைக்கிறது. 'மில்'லின் இயக்குநர் திரு. ஜி. ரவீந்திரன் விளக்குகிறார் :-

''பஞ்சாபிலிருந்து தரமான கோதுமை எங்களுக்கு ரயில், வான்கள் மூலம் வருகின்றன. எங்களுடைய 'ப்ராஸஸ்'லேயே முக்கியமானது குப்பை, கல் இவற்றை நீக்கி சுத்தப்படுத்துவதுதான். அவற்றைக் காண்பிக்கிறேன், வாருங்கள்'' என்கிறார்.

சுத்தப்படுத்தும் பணிக்குத்தான் எத்தனை வகையான மெஷின்கள்! மூன்று ஃப்ளோர்களிலும் சுத்தப்படுத்தும் மெஷின்கள்தான் இராட்சஸத்தனமாக இயங்கிக் கொண்டு இருக்கின்றன. பார்லி, கல், தூசு, இரும்புப் பொருட்கள், தரமில்லாத ஓட்டை விழுந்த கோதுமை எனப் பிரிக்கப்படுகின்றன. மூட்டையைப் பிரித்துக் கொட்டப்படும் கோதுமை இந்த மிஷின்கள் வழியாக வரும் போது அந்தந்த இயந்திரங்கள் அவ்வவற்றைப் பிரிக்கின்றன.

ஒருமுறை சுத்தப்படுத்தப்பட்ட கோதுமை, மீண்டும் சுத்தப்படுத்தப்படுகிறது. ஒவ்வொரு இணைப்புப் 'பை'ப்புக்குள்ளும் கையை விட்டு கற்களையும், ஓட்டை விழுந்த கோதுமைகளையும் எடுத்துக் காண்பிக்கிறார் இந் நிறுவனத்தின் மக்கள் தொடர்பு அதிகாரி ஆர். சுந்தரம்

பிறகு மாவு அரைக்கும் பக்குவம் வர வேண்டும் என்பதற்காக நீரில் நனைத்து உலர்த்தப்படுகிறது. இதற்கு மூன்று நாட்கள் எடுத்துக் கொள்ளப்படுகிறது. அதற்குப் பிறகு கோதுமை அரைக்கப்படுகிறது. ரவை என்றால் ஒரே அளவில் இருக்க வேண்டும் என்பதற்காக முதலில் பெரியதாகவும் பிறகு நடுத்தர அளவிலும் பிறகு ரவை பக்குவத்திலும் அரைக்கிறார்கள். கடைசியில் ரவையாக வந்து விழும் இடத்திலிருந்து சிறிது எடுத்துக் காண்பிக்கிறார். ஒரே அளவாக ரவை உடைக்கப்பட்டு இருக்கிறது. அதற்குப் பிறகு 'ஆட்டா' என்று சொல்லப்படும் கோதுமை மாவு. இதுவும் ஒரே தரமாக அரைக்கப்படுகிறது. அதற்கும் அடுத்த ஃபைன் வெரைட்டி மைதா.

ஒரு பக்கம் தூசு தும்பு பிரிக்கப்படுவது; மறுபக்கம் மாவும் ரவையும் அரைக்கப்படுவது. ஆலை ஒரே தூசு தும்பு படிந்திருக்க வேண்டுமே! ம்ஹூம். எங்கும் 'பளிச்'சென்ற சுத்தம்தான். முழுவதும் மூடப்பட்டு இயந்திரங்களே இந்த வேலைகளைச் செய்வதால் வெளியே ஒரு குப்பை சத்தை இல்லை. ஆங்காங்கே கண்ணாடிகள் அல்லது ஃபைபர் க்லாஸ் பொருத்தப்பட்டிருப்பதால் உள்ளே சுத்தப்படுத்தப்படுவது தெரிகிறது. அவ்வளவுதான். வெளியே வரும் மாவும், ரவையும் அப்படி அப்படியே மூட்டை மூட்டையாகக் கட்டப்பட்டு விடுகின்றன.

அதனால்தான் இவர்களுக்கு 1992-ம் ஆண்டிற்கான 'பெஸ்ட் பொல்யூஷன் கண்ட்ரோல் அவார்ட்' மத்திய அமைச்சரிடமிருந்து கிடைத்துள்ளது. இவ்விருதினை 'ரோலர் ஃப்ளோர் மில்லர்ஸ் ஃபெடரேஷன் ஆஃப் இந்தியா கொடுத்துள்ளது.

'இவர்கள் மூட்டையாக விற்கப்படுவதையே நோக்கமாகக் கொண்டிருக்கிறார்களே, ஏன்?'

''நம் இல்லத்தரசிகள் ரவை, ஆட்டாவை இரண்டாம்பட்ச உணவாகத்தான் செலவழிப்பார்கள். மைதா பண்டிகைகளுக்கு மட்டும்தான். ஆனால் பெரிய ஹோட்டல்களிலும், பேக்கரிகளிலும் மூட் டைக் கணக்கில் செலவழிப்பார்கள். அவர்கள்தான் அதிகபட்சமாக வாங்கும் கஸ்டமர்கள். இவர்களுக்குக் கிலோ கணக்கில் கொடுத்துக் கொண்டிருந்தால் கட்டுப்படியாகாது. அதனால்தான் மூட்டையாகத் தருகிறோம். ஆனாலும் சமீப காலமாக வீட்டில் இல்லத்தரசிகள் அதிகமாக ஆட்டா, ரவையை உபயோகிக்கத் தொடங்கி விட்டதால் ரைஸிங் சன்பிராண்ட் மாவினை ஒரு கிலோ 'பாக்'காகவும் கொடுக்கத் தொடங்கி இருக்கிறோம்'' என்கிறார் ரவீந்திரன். இவருடைய தந்தையார் திரு. பி. கோவிந்த சாமிதான் கம்பெனியின் சேர்மன்.

''எங்கள் சேர்மன் அதிகமான மில்கள் இல்லாத நாளில் செங்கரி ஃப்ளோர் மில்லைத் தொடங்கினார். அந்தக் காலத்தில் கல்யாணச் சமையல்காரர்கள் ரவையென்றாலே 'ரைஸிங் சன் பிராண்ட்' ரவை ஐம்பது கிலோ என்றுதான் எழுதுவார்கள். இப்போது தேவைக்கு ஏற்ப நிறைய மில்கள் வந்து விட்டன'' என்கிறார் மில்லில் மேற்பார்வையாளர் திரு. சயாலி.

கல்யாண சீசன் போது முறுக்குகளை வைத்துக் கொடுத்து விட்டார்கள். யாரும் சாப்பிடவில்லையா? அம்மியில் வைத்து ஒன்றிரண்டாகத் துண்டிக்கவும். பின் 'மிக்ஸி'யில் இட்டு நைஸாகப் பொடி செய்து கொட்டு. பொரியல் செய்யும் பொழுது தூவினால் நல்ல ருசியாக இருக்கும். நிறைய 'முறுக்குகள்' இருந்தால் உப்புமாவே செய்யலாம்.

- விசாலம்



'பல்'லே பிரதானம்!

- எம்.ஜி.ஆர். பல்கலைக் கழகத் துணைவேந்தர் டாக்டர் பி. பி. ராஜன் எழுதும் புதிய மருத்துவத் தொடர்

பொன் நகையே புன்னகையோ!

- நகைக்களைப் பற்றிய இலவச இணைப்பு

இதற்கு என்ன செய்வது?

- வாசகிகளின் வேண்டுகோளுக்கு இணங்க மீண்டும் பல்வேறு பிரச்னை களுக்குப் பதில்கள்.

தொகுப்பு : வழக்கறிஞர் டி. ஆர். ரமேஷ்

நிம்மதியான நித்திரைக்கு ஓர் உறக்க மாத்திரை.



6-டு-6. கொசுக்களிடமிருந்து முழு இரவுப் பாதுகாப்புக்கு.

ஜப்பானின் சுமிடோமோ கம்பெனியின் மூலப்பொருளுடன் வரும் 6-டு-6 மட்டுமே நீண்ட நேரம் நிலைத்து நிற்கிறது. எனவே கொசுக்கடியில்லாத நிம்மதியான நித்திரைக்கு 6-டு-6 பாதுகாப்பு பெற்றிடுங்கள். இரவு முழுதும் அமைதியாக இனி உறங்கலாம்.

மிகச்சிறந்த பலன்களுக்கு ஜப்பானில் தயாரிக்கப்பட்ட தெர்மிஸ்டர் கொண்ட 6-டு-6 எலக்ட்ரானிக் வேப்பரைஸரையே பயன்படுத்தவும்.

6 TO 6
SIX-TO-SIX

இரவிலே இல்லை கொசுக்களின் தொல்லை.

50 வருடங்களுக்கும் மேலாக உங்களைப் பாதுகாத்து வரும் கிரெளன் பிராண்ட் பூச்சி மருந்து தயாரிப்பாளர் வழங்குவது.

Enterprise/Blr/SFL/ TM



இந்த மாதம் எப்படி?

ஜனவரி '93

மேஷ ராசி :

அசுவினி, பரணி, கிருத்திகை 1 - ஆம் பாதம்.

பொருளாதார நிலை திருப்திகரமாக இருக்கும். கோர்ட் விவகாரங்களில் வெற்றி உண்டு. கலைத்துறையினர், ஒப்பனைக் கலைஞர்கள் ஓரளவுக்கு நன்மையடையலாம். அரசுப் பணியாளர்களுக்கு வேலைப் பளு அதிகமாகும். சிலருக்கு மேலதிகாரிகளின் கெடுபிடி அதிகமாக அமையும். சுலபமாக முடியும் செயல் கூட இழுபறியின் மூலமே முடியும். இட மாற்றம் ஏற்படலாம். தலைசுற்றல், நெஞ்சுவலி என ஏதாவது ஒருவிதத்தில் உடல் நலம் பாதிக்கப்படலாம். தம்பதிகளுக்குள் அன்யோன்யம் நன்றாக இருக்கும். பொறுப்புள்ள பதவியில் இருக்கும் பெண்கள் சற்று ஜாக்கிரதையுடன் நடந்து கொள்வது நல்லது. 17, 18, 19 தேதிகளில் எச்சரிக்கை தேவை. 5, 6, 7, 15, 16, 17 தேதிகளில் நன்மை ஏற்படும்.

ரிஷப ராசி :

கிருத்திகை 2, 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், ரோகிணி, மிருகசீரிஷம் 1, 2 - ஆம் பாதங்கள்.

இதுவரை புத்திரபாக்யமில்லாதவர்களுக்கு இம்மாதம் அப்பாக்கியத்திற்கான வாய்ப்பு உண்டு. 1, 2, 30, 31, 5, 6, 7 தேதிகளில் - மருத்துவர்களைக் கண்டு ஆவன செய்யலாம். புதனால் சுகமுண்டு. செழிப்பும் உண்டு. பதவி உயர்வை எதிர்பார்ப்பவர்களுக்கு வெற்றி கிடைக்கும். கலைஞர்களும், கன்னிப் பெண்களும் மாதத்தின் கடைசி வாரத்தில் எதிர்பாராதவிதத்தில் தங்கள் மனோரதம் மகிழ்ச்சியுடன் பூர்த்தியாகக் காண்பார்கள். தொலை தூரப் பிரயாணம் ஒன்றுக்கு ஏற்பாடாகும். நடப்பு தசா புக்தி நாதர்கள் ஜாதகத்தில் வலுத்துள்ளவர்களுக்கு வருமானத்திற்கும் பஞ்சமில்லை. சுபச்செலவுகளுக்கும் எல்லை இல்லை. சுப நிகழ்ச்சி ஒன்று நடக்கும். அல்லது ஏற்பாடாகும். நடிப்புத் துறையினருக்கு மாதக் கடைசி வாரம் மகத்தான நன்மையைத் தரும். 20, 21, 22 தேதிகளில் எதையும் யோசித்துச் செய்யவும்.

மிதுன ராசி :

மிருகசீரிஷம் 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், திருவாதிரை, புனர்பூசம் 1, 2, 3 - ஆம் பாதங்கள்.

சற்று மந்தமான மாதம். சொந்த பந்தங்களிடமிருந்து கூட உதவி எதிர்பார்க்க முடியாத நிலை. சுக்கிரன் ஒருவனே சுப நிகழ்ச்சிக்கும், மகிழ்ச்சிக்கும் காரணமாக நிற்கிறான். நல்லதொரு தசாபுக்தி நடப்பவர்கள் இந்த மாத கோட்சாரத்தைப் பற்றிய கவலையை விடுங்கள். அவ்வாறில்லாதவர்கள்

கணபதியையும் நவகோட்களையும் அவர வர்களுக்குரிய ஸ்துதி மூலம் அர்ச்சனை செய்வது நல்லது. வைணவத் தலங்களுக் குச் சென்று வருதல் நல்லது. பக்திச் சொற் பொழிவுகளைக் கேட்டல், பக்தியுடன் பாடுதல் ஆகியவை நன்மை பயக்கும். பணப் பொறுப்பில் உள்ளவர்கள் அவர்கள் எந்தத்துறையில் இருப்பினும் எச்சரிக்கை மிக அவசியம். பிரயாணத்தின் போது கூடிய மட்டும் இடதுபக்க இருக்கையில் அமர்ந்து செல்லுவது நல்லது. தென்கிழக்கு திசையிலிருந்து வரும் செய்தி உங்கள் நீண்ட கால ஏக்கம் ஒன்றைப் போக்கும். அது திருமண நிச்சயச் செய்தி யாகவும் இருக்கலாம். அல்லது வேலை சம்பந்தமா கவும் அமையலாம். 22, 23, 24 தேதிகளில் எச்சரிக்கை தேவை. ஆயினும் 5, 6, 7 தேதி களில் சுபவிரயம் ஏற்படும்.

கடக ராசி :

புனர்பூசம் 4 - ஆம் பாதம், பூசம், ஆயில்யம்.

மாதத்தின் முதலிரண்டு வாரங்களில் யோகம் உண்டு. அரசுப்பணியில் உள்ளவர் களுக்கு இராஜயோகம்தான். பதவி உயர் வும் கிடைக்கும். அல்லது எதிர்பாராத விதத்தில், பணமும், புகழும் வரும். அதே சமயம் தமது ஆற்றலால் முன்னுக்கு வர நினைக்கும் புது நடிகர்களுக்கும், பாடகர் களுக்கும், ஓவியர் போன்ற கலைஞர்களுக் கும் நல்லதொரு வாய்ப்பைத் தருகின்ற நிபுணயோகம் உண்டாகும். சுக்கிரனால் மாதம் பூராவும் குடும்பத்தில் ஏதோ ஒரு விதத்தில் மகிழ்ச்சி இருக்கும். ஆனால், மாதத்தின் பிற்பகுதியில் கேது, சுக்கிரனைத் தவிர, மற்ற கிரகங்கள் உற்ற நிலையில் சஞ்சரிக்கவில்லை. எனவே, கடக ராசிக் காரர்களுக்கு இந்த மாதம் முற்பகுதியில் ஏற்றமும், பிற்பகுதியில் இறக்கமும், இருப் பதால் சகடயோக மாதம் எனலாம். சந்தி ரன், உச்சமடையும் 5, 6, 7 தேதிகளிலும், மற்றும் ஆட்சியில் வரும் 9, 10 தேதி களிலும் எதிர்பாராத தனலாபம், திரை கடல் தாண்டிச் செல்லுகின்ற பிரயாணம் என ஏதோ ஒன்றினால் நன்மை ஏற்படும். 24, 25, 26 தேதிகளில் எச்சரிக்கை தேவை. 17, 18, 19 தேதிகளில் சிறு நஷ்டம் ஏற்படும். அது தொழிலிலும் ஏற்படலாம். அல்லது பணப் பொறுப்பில் உள்ளவர்களின் அஜாக் கிரதையினாலும் ஏற்படலாம்.

சிம்ம ராசி :

மகம், பூரம், உத்திரம் 1 - ஆம் பாதம்.

தனலாபத்திற்கும், தொழில் அபிவிருத் திக்கும் சுப காரியத்திற்கும் உடல் ஆரோக்கி யத்திற்கும் உத்திரவாதம் குரு, சனி, செவ் வாய் ஆகியவர்கள் தரும் நேரத்தில் சுக்கிரன் குடும்பத்தில் சிறுபிரச்னைகளைத் தோற்று விப்பார். மாதத்தின் கடைசி வாரத்தில் அது வும் சரியாகிவிடும். ஆயினும் மற்ற கிரகங் களால் சிறு சிறு நச்சுத் தொந்திரவுகள் ஏற் படும். அரசுத்துறை, வங்கித்துறை மற்று முள்ள தனியார்த்துறையில் உள்ள அலு வலகப் பணியாளர்களுக்குக் கணக்குத் தணிக்கை மற்றும் ஆண்டாய்வு என்ற முறை யில் மேலதிகாரர்களால் சிறு கெடுபிடி களும் தொல்லைகளும் ஏற்படலாம். எனி னும் அசுர குருவும், தேவ குருவும் உங்கள் பக்கம் துணையிருப்பதால் கவலை வேண் டாம். எனினும் எச்சரிக்கையுடன் இருக்க வேண்டியது அவசியமே. குறிப்பாக 27, 28, 29 தேதிகளிலும், 17, 18, 19 தேதிகளிலும் கவனம் தேவை. இரண்டாவது வாரம் மகிழ்ச்சியைத் தரும். சுப காரியம் ஒன்று நடைபெறும். அல்லது சுப காரியம் ஒன் றுக்கு அடி கோலப்படும்.

கன்னி ராசி :

உத்திரம் 2, 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், ஹஸ்தம், சித்திரை 1, 2 - ஆம் பாதங்கள்.

இந்த இராசிக்காரர்களுக்கு 20, 21, 22 தேதிகளில் கஜகேசரி யோகம் ஏற்படும். அதனால் சுப நிகழ்ச்சி ஒன்றுக்கு தயாராக வேண்டியிருக்கும். அது திருமணம், புது மனைப்புகுவிழா, காதணிவிழா, நடிப்புத் துறையினராவால் 75, 100வது நாள் பட விழா என ஏதோ ஒன்று அவரவர்களுக்கு ஏற்ற முறையில் அமையும். இராகு, புதன் அனுகூலமான நிலையில் சஞ்சாரம். எனவே, மாதத்தின் முற்பகுதி விசேஷமாக அமையும். இராகுவால் எதிர்பாராத வாகன யோகம் ஒன்று ஏற்படும். அதாவது வாக னம் ஒன்றை வாங்கும் நிலை ஏற்படுகிறது எனலாம். குடும்பத்தில் மாதத்தின் கடைசி வாரத்தில் குழப்பம் நிலவும். அது கணவன் மனைவிக்குள் ஏற்படலாம். தரும கருமாதி

இட்லிக்கு மாவு அரைத்தவுடன் அதில் கெட்டி யாகக் கொஞ்சம் எடுத்துப் பாத்திரத்தில் போட்டு அதில் பச்சை மிளகாய், இஞ்சி, கறிவேப்பிலை, கொத்துமல்லி, வெங்காயம், உப்பு ஆகியவற்றை நறுக்கிப் போட்டுப் பிசைந்து, எண்ணெயில் வடை (அ) உருண்டையாகவோ போட்டுப் பொரித்துச் சாப்பிட்டால் சுவையாக, மொறு மொறுப் பாக, மாலை டிபனுக்கு ஒரு மாறுதலாக இருக்கும்.
- மேகலா



ALWARPET BENEFIT FUND LIMITED

PENSIONERS PET DEPOSIT SCHEME

20%

ON ONE YEAR DEPOSIT

FIXED DEPOSIT SCHEME

Period	12 Months	24 Months	36 Months	48 Months	60 Months
Rate of Interest P.A.	17½%	18%	19%	19½%	20%

TINY DEPOSIT SCHEME

Minimum Deposit of Rs. 500/- and multiples of Rs. 100/-

6 Months — 14% 12 Months — 16%

DOUBLE BENEFIT DEPOSIT SCHEME

Your money gets doubled in **42** months

Invest in

NATRAJ BOND

EARN INTEREST PLUS BONUS

21%

DEPOSIT AMOUNT : Rs. 50,000/-

PERIOD : 60 MONTHS

AVAIL INTEREST + ATTRACTIVE BONUS

We offer Jewel Loans @ **Rs.2,450/-** per Sovereign.

43-B, C.P. Ramaswamy Road, *(Opp. State Bank of Mysore)* Madras – 600 018.
8 A, I Floor, N.D.P. Complex, *(Opp. Fish Market)*, Besant Nagar, Madras – 600 090.
19, 4th Main Road, *(6th Main Road Corner)*, Nanganallur, Madras – 600 061.

Transaction with Members only.

Century/ABF/93

ஸ்தானங்களில் உள்ள பாவக் கிரகங்கள் சில்லரை நோய்களையும், திருட்டு, நெருப்பு ஆகிய பயத்தையும் தரலாம். மாதத்தின் பிற்பகுதியில் சற்று எச்சரிக்கை யுடன் இருப்பது மிகமிக அவசியம். யாரை யும் நம்பி, எதையும் கூறாத நாவடக்கம் தேவை. பணப்பொறுப்பில் உள்ளவர்கள் நிதியைப் பிறருக்குத் தரும்போது மதியை நன்கு பயன்படுத்தி ஒரு முறைக்குப் பல முறை யோசித்துச் செயல்படுங்கள். நல்ல நாட்கள் 9, 10, 8, 6, 7 தேதிகள். எச்சரிக் கையுடன் இருக்க வேண்டிய நாட்கள் 3, 4, 5 தேதிகள்.

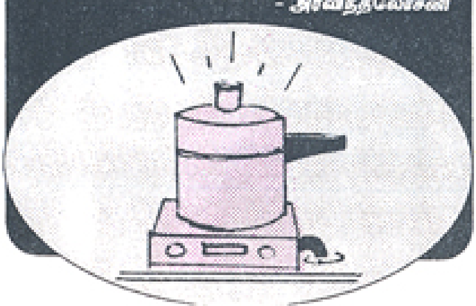
துலா ராசி :

சித்திரை 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், சுவாதி, விசாகம் 1, 2, 3 - ஆம் பாதங்கள்.

மாதத்தின் முற்பகுதியில் சூரியனும், பிற்பகுதியில் புதனும் மாதம் பூராவும் சுக்கி ரனும் பொருளாதார நிலையிலும், குடும்ப சுகத்திலும் தடைவராதவாறு சஞ்சரிக்கி றார்கள். ஆனால் மற்றவர்கள் நிலை அப் படி இல்லை. இதனால் அரசுப் பணியில் உள்ளவர்களும், பணப் பொறுப்பில் உள்ள வர்களும் கவனமாகச் செயல்படுவது நன்று. சமூகசேவை, மற்றும் பொதுத் தொண்டு நிறுவனங்களில் ஈடுபட்டுள்ள வர்களுக்கு சிறு சிறு அபவாதங்கள் அவ் வப்போது ஏற்படும். இதனால் மன அமைதி குறையும். இரத்த அழுத்தமும் அதிகமாகலாம். எனினும் ஆயுள் காரகனா கிய சனிக்குக் குருவின் பார்வை இருப்ப தால் விபரீதமாக ஒன்றும் ஏற்பட்டு விடாது. கடைசிவாரத்தில் பொருளாதார நெருக்கடி அதிகமாகும். பொதுவாகவே மாதச் சம்பளம் பெறுபவர்களுக்கு இது சகஜம் என்றாலும், இந்த மாதம் சற்றுக் கூடுதலாகச் செலவாகும். அது பிரயாணத் தாலோ, அல்லது பதவிமாற்றத்தாலோ, அல்லது நோய் காரணமாகவோ கூட ஏற் படலாம். 5, 6, 7 நாட்களில் சந்திரன் உச்சம் பெறும் காரணத்தால் உபத்திரவம் ஒன்றும் இருக்காது. 17, 18, 19 தேதிகளில் கவனம் தேவை.

அரிசியுடன் காய்ந்த வெள்ளைப் பட்டாணி யை குக்கரில் வைப்பது போல பச்சைப் பட்டா ணியை (காய்ந்தது) வைக்க முடிவதில்லை. (குழைந்து விடுவதே காரணம்.) காய்ந்த பச்சைப் பட்டாணியை ஊற வைக்காமலேயே குக்கரில் வைக்கும்பொழுது இதையும் நிரப்பி வைத்தால் சரியான பதத்தில் வெந்துவிடும்.

- அரவிந்தலோசனி



விருச்சிக ராசி :

விசாகம் 4 - ஆம் பாதம், அனுஷம், கேட்டை.

சந்திரன் பலத்தைக் குறைக்கும் இராசி. இத்துடன் அஷ்டமத்தில் அங்காரகன். எனவே கடகராசிகாரர்களைப் போன்றே ஏற்ற இறக்கமுள்ள சகடயோக மாதம். குரு, சனி, சுக்கிரனால் கல்வி, தொழில், குடும்ப சுகம் நன்றாக அமையும். ஆயினும் மற்ற கிரகங்களின் சஞ்சாரத்தால் கோர்ட் விவகா ரங்களில் தடை, அரசுத்துறையில் உள்ளவர் களுக்குப் பதவி உயர்வில் தடை, தொழில் வியாபார ரீதியில் உள்ளவர்களுக்கு சுங்க, வருமான வரி இலாகாவினர் கெடுபிடி என ஏதோ ஒரு விதத்தில் தொல்லை இருந்து கொண்டே இருக்கும். கடன் தொல்லை யும், பொருளாதார நெருக்கடியும் இருக்கத் தான் செய்யும். எனினும் ஏதோ ஒருவித பலத்தால் தெய்வபலமாகவோ அல்லது நண்பர்களின் உதவியாகவோ வந்து உங்க ளுக்குக் கேடயமாக நிற்கும். எனவே பக்தி யாலும், அன்பாலும் அந்த சக்தியைப் பெற்று நிம்மதியாக இருக்க முயலுங்கள். அவன் அருள் இருந்தால் நாளென்ன செய் யும், கோளென்ன செய்யும்? ஒதுக்கப்பட வேண்டிய நாட்கள் 7, 8, 9, 17, 18, 19, இலாபம் தரும் நாட்கள் 5, 6, 7, 13, 14, 15 தேதிகள்.

தனுசு ராசி :

மூலம், பூராடம், உத்திராடம் 1 - ஆம் பாதம்.

உங்களிடம் இதுவரை விரோதம் பாராட்டியவர்கள் இனி உங்களை நேசிக்க விரும்புவார்கள். சுக்கிரனால் சுப நிகழ்ச்சி ஒன்றுக்கு ஏற்பாடாகும். திருமணம், மற் றும் ஸ்ரீமந்தம் போன்ற சுபநிகழ்ச்சியில் கலந்து கொள்வீர்கள். கன்னிப் பெண்க ளுக்குத் திருமணம் கைகூடிவரும். கேது வைத் தவிர மற்றவர்கள் மந்தமான நிலையி லேயே உங்களை வைத்திருப்பார்கள். நோய், பிரயாணம், ஏமாறுதல் போன்ற வகைகளில் நிதி நீராகக் கரையும். கொஞ் சம் நெருக்கடியான மாதமே. சொந்தத்தில் புது விரோதம் உண்டாகும். அதனால் மனத் தில் அமைதி கெடும். நடிப்புத்துறையினர் கலைத்துறையினர் பயனடைவர். 9, 10 தேதி கள் ஏற்றவை அல்ல. 17, 18, 19 தேதிகளில் சிறு நஷ்டம் ஏற்படும். 20, 21, 22 தேதிகளில் இலாபம் வரும்.

மகர ராசி :

உத்திராடம் 2, 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், திருவோணம், அவிட்டம் 1, 2 - ஆம் பாதங்கள்.

வாகனம் ஒன்றை வாங்குவீர்கள். உங்கள் கௌரவம் சிறப்பாக பரிமளிக்கும் சூழ்நிலை ஏற்பட்டுள்ளது. கலைஞர்களுக் கும், கல்வி வல்லுனர்களுக்கும் பாராட்டும், பரிசும் கிடைக்கும். பதவி உயர்வும் உண்டு. குருவின் சுபப்பார்வை பெறும் 7½ சனிஸ்வரன் ஸகல விதத்திலும் நன்மை செய்ய வேண்டும். கொடுப்பதில் வல்லவனான ராகுவும், சுகத்தை அளிக்கும் சுக்கிரனும் ஆட்சிச் சனிஸ்வரனும் உங்களுக்கு ஆதாயம் செய்யும் நிலையில் சஞ்சரிக்கிறார்கள்.

ஆனால் புதனும், சூரியனும், கேதுவும் தடுக்கப்பார்க்கிறார்கள். ஆனால் ஆறில் உள்ள அங்காரகன் உலோகத்துறையினருக்கு உரிய வகையில் உதவுகிறார். ஆராய்ச்சியாளர்களுக்குத் தங்கள் திறமையைக் காட்டத்தக்க அரிய தொரு சந்தர்ப்பம் வந்துள்ளது. பயன்படுத்திக் கொள்ளுங்கள். கணக்கியல், சி.ஏ. போன்ற கடினமான பரீட்சையில் இதுவரை கஜினியாக இருந்தார்கள். இனி பாபராக மாறுவீர்கள். அதாவது நிரந்தரமான வெற்றியை நிலை நாட்டுவீர்கள். 17, 18, 19 தேதிகளில் சந்திரன் நீச்சமடையும் தருணத்திலும், 11, 12, 13 தேதிகளிலும் எதிலும் எச்சரிக்கை தேவை. 5, 6,7 தேதியில் எதிர்பாராத நன்மை உண்டு.

கும்ப ராசி :

அவிட்டம் 3, 4 - ஆம் பாதங்கள், சதயம், பூரட்டாதி 1, 2, 3 - ஆம் பாதங்கள்.

ஜென்மராசியில் சுகம் தரும் சுக்கிரன் இருக்க 11 - ல் புதனும் சூரியனும் மாதத்தின் முதற்பகுதியில் நன்கு சஞ்சாரம் செய்து உங்களுக்குத் தேவையானதைத் தர இருக்கிறார்கள். ஆனால் சஞ்சலமும், பொருளாதாரத் தேவையும் உங்கள் மன அமைதியைக் குறைக்கும். அஷ்டமத்துக் குருவும் கஷ்டத்தைத் தரப்பார்க்கிறார். ஆனால் இராசிநாதன் ஆட்சியில் இருக்கப் பயமேன். அரசுப்பணியினர், வங்கித்துறையினர், நிதி நிறுவனத்தார், மற்றும் மருத்துவர்கள் நல்ல நிலையில் இருப்பார்கள். நடிப்புத்துறையினர்க்கு நல்லதொரு எதிர்காலம் உதயமாகும். கடன் தொல்லை கழுத்தைப் பிடிக்கும். ஆனால் விபரீதத்தைத் தடுத்தாட்கொள்ள சுக்கிரன் இருக்கிறார். எனவே குடும்பத்தில் மாதத்தின் பின்பகுதி சற்று மந்தமாகச் செல்லும். ஆகாத நாட்கள் 14, 15 தேதிகள் 5, 6, 7 தேதிகளில் எதிர்பாராத தனலாபம் உண்டு.

மீன ராசி :

பூரட்டாதி 4 - ஆம் பாதம், உத்திரட்டாதி, ரேவதி.



உறை ஊற்றிய பாலைப் பூனையிடமிருந்து காப்பாற்ற வேண்டுமா? குக்கருக்குள் வைத்து மூடி வைத்தால் குக்கரைப் பூனையால் திறக்க முடியாது. இதேபோல் மறந்த அசைவ உணவுகளை ஃப்ரிட்ஜில் வைத்தால் மறுநாள் விரைத்துக் கொண்டு சூடு செய்தாலும் நன்றாக இருக்காது. இவைகளையும் குக்கரில் மூடி வைத்தால் நன்றாக இருக்கும்.

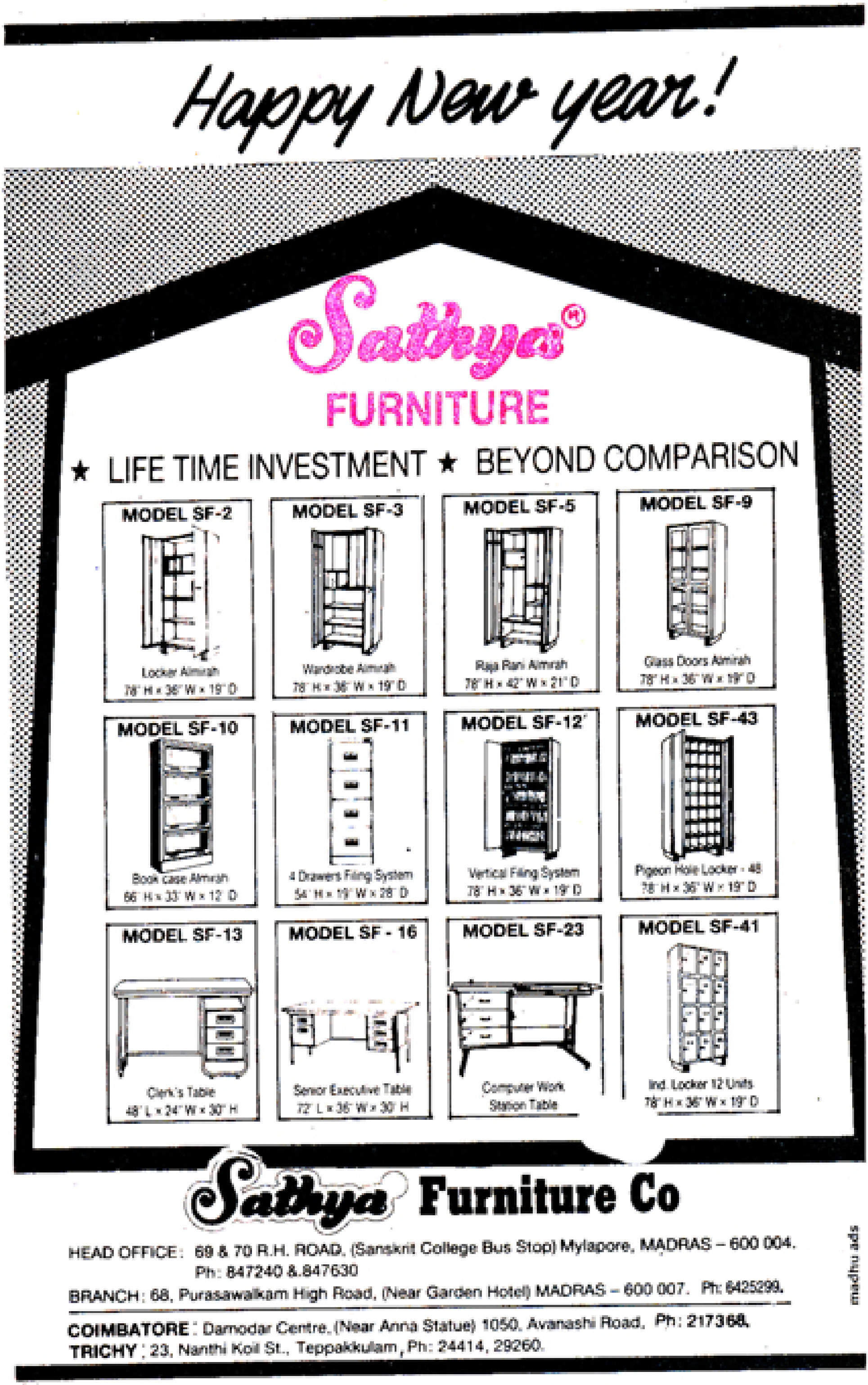
- சந்திரா

மேலெழுந்தவாரியாக பார்க்கும்போது இந்த இராசிக்காரர்கள் மிகுந்த யோகக்காரர்கள் போலத் தோன்றும். ஆனால் உள்ளபடியே இராகுவும், செவ்வாயும் மன அமைதியை இழக்கத் தக்க அளவுக்கு உடல் நோயையும், மனநோயையும் தரத்தக்கச் சூழ்நிலையை உருவாக்குகிறார்கள். எனினும் புதனும், சூரியனும் கேந்திரத்தில் அமர்ந்து முதற்பகுதியில் அனைத்து எதிர்ப்புகளையும் போக்கடித்து நல்ல நிலையை உருவாக்குவார்கள். பொருள் வரவு, பதவி உயர்வு, புது ஒப்பந்தங்கள், கலையுலகில் வெற்றி என எந்தத் துறையினர்க்கும் புகழ் சேர்ப்பார்கள். கொடுத்த வாக்கைக் காப்பாற்ற முடியாமல் இனைறு நின்ற நிலை சிலருக்கு உருவாகும். எப்படியும் இந்தப் புத்தாண்டில் இந்த ராசிக்காரர்களுக்கு எதிர்பாராத தனலாபம் ஒன்று உண்டு. 17, 18, 19 தேதிகளில் எச்சரிக்கை தேவை.

எமது நேயர்களுக்குப் புத்தாண்டு வாழ்த்துக்கள். இந்த ஆண்டில் ஏற்பட இருக்கின்ற அகில உலக எதிர்பாராத நிகழ்ச்சிகள் தனிமனிதரின் வாழ்வைக் கூட பாதிக்கும். அதேசமயம் சுபிட்சமான நிலை படிப்படியாக ஏற்பட்டுவிடும். ஆன்மிக நாட்டில் பிறந்துள்ள நாம் துன்பங்களை ஏற்றுக் கொள்ளும் மனப் பக்குவத்தைத் தரும்படி வேண்டுவதுடன் இன்பம், உயர் பதவி ஆகியவை வரும் பொழுது அவற்றால் நம்மை மறந்து நடந்து கொள்ளாமல், அடக்கமாக இருந்து நல்லவை செய்வோம்.

நிறைய வாசகர்களின் வேண்டுகோளுக்கிணங்க திருமதி ஜெயலட்சுமி கிருஷ்ணனின் முகவரியை வெளியிடுகிறோம் :

திருமதி. ஜெயலட்சுமி கிருஷ்ணன்,
'கற்பக நிவாஸ்,'
21/1, 3 - வது கிராஸ் ரோடு,
கஸ்தூரிபாய் நகர்,
அடையாறு,
சென்னை - 600 020.

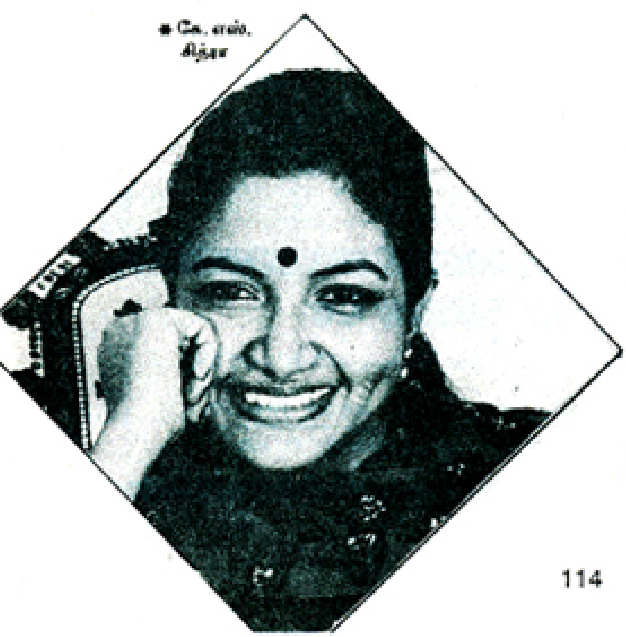

Happy New year!
Sathya®
FURNITURE
★ LIFE TIME INVESTMENT ★ BEYOND COMPARISON
MODEL SF-2
Locker Almirah
78" H x 36" W x 19" D
MODEL SF-3
Wardrobe Almirah
78" H x 36" W x 19" D
MODEL SF-5
Raja Rani Almirah
78" H x 42" W x 21" D
MODEL SF-9
Glass Doors Almirah
78" H x 36" W x 19" D
MODEL SF-10
Book case Almirah
66" H x 33" W x 12" D
MODEL SF-11
4 Drawers Filing System
54" H x 19" W x 28" D
MODEL SF-12
Vertical Filing System
78" H x 36" W x 19" D
MODEL SF-43
Pigeon Hole Locker - 48
78" H x 36" W x 19" D
MODEL SF-13
Clerk's Table
48" L x 24" W x 30" H
MODEL SF - 16
Senior Executive Table
72" L x 36" W x 30" H
MODEL SF-23
Computer Work
Station Table
MODEL SF-41
Ind. Locker 12 Units
78" H x 36" W x 19" D
Sathya Furniture Co
HEAD OFFICE: 69 & 70 R.H. ROAD, (Sanskrit College Bus Stop) Mylapore, MADRAS – 600 004.
Ph: 847240 & 847630
BRANCH: 68, Purasawalkam High Road, (Near Garden Hotel) MADRAS – 600 007. Ph: 6425299.
COIMBATORE: Damodar Centre, (Near Anna Statue) 1050, Avanashi Road. Ph: 217368.
TRICHY: 23, Nanthi Koil St., Teppakkulam, Ph: 24414, 29260.
madhu ads



புத்தாண்டு பிறந்து விட்டது. நம்மிடையேதான் எத்தனை எண்ணங்கள் - திட்டங்கள். சாதாரண வீட்டுக்குத் தேவையான சாமான்கள் வாங்குவது முதல் வீடு கட்டுவது வரை! 92-ன் ஆரம்பத்தில் போட்ட திட்டத்தை முடிக்க முடிந்ததா? ஒவ்வொருவரும் திரும்பிப் பார்க்கலாம். இதைப் பற்றிச் சிலரிடம் கேட்ட போது -

● அன்னை. ஓம். பவதாரிணி அம்மையார்

நினைத்தேன் அதை முடித்தேன்!



● கே. எஸ். சித்ரா

அன்னை. ஓம். பவதாரிணி அம்மையார் (ஆன்மீகம்)

"ஆன்மீகத்தைப் பொறுத்தவரை திட்டம் போட்டு, அதன்படி செயலாற்றுவது என்பது இயலாத காரியம். அடியேனைப் பொறுத்த வரை ஒரு போர் வீரன் போல - தீயணைப்புப் படையைச் சேர்ந்தவன் போல ஒரு தயார் நிலையில் எப்போதும் இருக்கிறேன். துன்பம் என வருபவர்களின் துயரைத் துடைப்பது ஒன்றுதான் அடியேனுடைய ஒரே நோக்கம் - கடமை. 'நான் இதைச் செய்கிறேன், அதைச்

செய்கிறேன்' - என்றெல்லாம் சொல்வதைவிட அடியேனை உள்ளிருந்து ஆட்டுவிக்கும் அன்னையின் ஆணையால் செய்கிறோம் என்பதே உண்மை. 'அன்னை'யின் கட்டளை எதுவோ அதன்படி 'அவள்' வழியில் செல்கிறேன். சொந்த விருப்பு வெறுப்புகளோ, திட்டங்களோ, செயல்களோ தனியாக ஏதுமில்லை. வருபவர்களின் தீவினைகளும், பிணிகளும், குடும்பப் பிரச்னைகளும் தீர - அன்னையின் சங்கல்பப்படி செயல்படுகிறேன். மிகவும் நொந்து போய் வருபவர்களுக்கே இங்கு முன்னுரிமை அளிக்கப்படுகிறது. இங்கு எதையுமே எதிர்பார்த்துச் செயல்படாததால் மகிழ்ச்சியோ, பாதிப்போ எதுவுமே ஏற்படுவதில்லை. தெளிந்த சலனமில்லாத சமநோக்கு கொண்ட மனம் ஒன்றுதான் ஆன்மீகத் தொண்டு புரியத் தேவையானது.

திருமதி கே. எஸ். சித்ரா

(பின்னணிப் பாடகி)

''புதிய வருடம் பிறக்கும் போது புதிய திட்டங்கள் என நான் தனியாக எதுவும் போடுவது கிடையாது. மக்களிடையே வரவேற்புப் பெற்று, நினைவில் என்றுமே நிற்கக்கூடிய நல்ல பாடல்களைப் பாட வேண்டும் என்பதுதான் என்னுடைய ஒரே எண்ணம். பரிசு, பட்டம், விருதுகள் எல்லாமே மக்களின் பாராட்டுக்குப் பிறகு தானே? ஆனால் 92-ம் ஆண்டைப் பொறுத்தவரை ஆந்திர, கேரள அரசின் விருதுகளுடன் சினிமா விசிறிகள் சங்கத்தின் விருதும் கிடைத்தது. 1990-ம் ஆண்டின் சிறந்த பாடகிக்கான தமிழக அரசின் விருதும் எனக்குக் கிடைத்துள்ளது. சமீபத்தில்தான் இது அறிவிக்கப்பட்டது. நினைத்தபடியே சென்ற ஆண்டில் பல நல்ல பாடல்களைப் பாடும் வாய்ப்புகள் கிடைத்ததுடன் பல விருதுகளும் ஒரே சமயம் கிடைத்தது உண்மையிலேயே இந்த ஆண்டில் எனக்கேற்பட்ட இரட்டிப்பு மகிழ்ச்சிதான்.''



✱ காமாட்சி சுப்ரமணியன்

✱ உஷா நாராயணன்



திருமதி. காமாட்சி சுப்ரமணியன்

(அரிமா நங்கை)

''சென்ற ஆண்டு நான் போரூர் அரிமா நங்கையர் சங்கத் தலைவியாகத் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட போது என் மனதிற்குள் திட்டமொன்று தீட்டினேன். இதற்கு முன்பு நான் இதே சங்கத்தின் செயலாளராக இருந்த போது சிறைத் தண்டனை அனுபவிக்கும் கைதிகளின் குழந்

தைகள், மற்றும் அவர்களால் பாதிக்கப்பட்டவர்களின் குழந்தைகள் வளருமிடத்தை (ஸ்ரீபெரும்புதூரில் உள்ளது) நான் பார்த்தேன். சமூகத்தால் நிராகரிக்கப்பட்ட இந்தக் குழந்தைகளின் நிலை என் மனதை நோக வைத்தது. அவர்கள் தங்கியிருந்த குடிசைகளைப் பார்த்த உடனேயே இந்த ஆண்டு முடிவுக்குள் அக்குழந்தைகள் தங்க ஒரு கட்டிடம் கட்டி விட வேண்டுமெனத் தீர்மானித்தேன்.

இதற்கு எங்கள் எஸ்டிமேட் ரூ 6 லட்சம். நல்லெண்ணம் கொண்ட பெரியவர்களின் உதவியினால் ரூ 4 லட்சம் வரை திரட்ட முடிந்தது. இதை முதலில் துவக்கி வைத்தவர் இந்தியன் வங்கியின் சேர்மேன் திரு. கோபாலகிருஷ்ணன் அவர்கள். தொடர்ந்து பல வங்கிகளும் உதவின. பெங்களூரைச் சேர்ந்த ஒரு பெண்மணி ஒரு லட்சம் தந்து உதவினார். இதற்கு உதவி செய்பவர்களுக்கு வருமான வரி விலக்கும் உண்டு. இன்று கட்டிடம் உயர்ந்து கூரையும் போட்டாகி விட்டது. இன்னும் தரை போட்டு, பூசு வேலைகள் செய்ய வேண்டும். ஜன்னல்களும் வைக்க வேண்டும்.

கோர்ட் ஆர்டரின் பேரில் வரும் குழந்தைகள்தான் இங்கு சேர்த்துக் கொள்ளப்படுகின்றனர். கட்டிடச் செலவு தவிர்த்து இக் குழந்தைகளின் சாப்பாடு, துணிகள், படிப்புச் செலவுகளே விழிகளைப் பிதுங்க வைக்கின்றன. ஒரு குழந்தைக்கு மாதம் ஒன்றுக்கு சமூக நல மையம் ரூ 75/- தருகிறது. மீதிச் செலவுகள் இதுபோன்ற நன்கொடைகளைக் கொண்டுதான் நடக்கிறது. காஞ்சிப் பெரியவர்கள் இரண்டு மோட்டார் பம்புகள் வாங்கித் தந்து தோட்டம் போடச் சொன்னார்கள். அந்தக் காய்கறிதான் இன்று குழந்தைகளுக்குச் சமைக்கப் பயன்படுகிறது. இங்குள்ள குழந்தைகளில் பெண் குழந்தைகள்தான் அதிகம். மீதியுள்ள வேலைகளையும் வரும் ஆண்டு ஜூன் மாதத்திற்குள் முடித்து விட எண்ணியுள்ளேன்.''

திருமதி. உஷா நாராயணன்

(அரசு அதிகாரி - இல்லத்தரசி)

''எனக்குச் சின்ன வயதிலிருந்தே எளிமையான வாழ்க்கைதான் பிடிக்கும். என் திருமணமும் கூட எளிய முறையில்தான் நடந்தது. சாதாரணமாக திட்டம் எனப் புத்தாண்டில் போடும் வழக்கமில்லாத நான் 92-ன் ஆரம்பத்தில் மட்டும் ஒரே ஒரு திட்டம் போட்டேன். திருமணமான இந்த 17 வருடங்களில் நானும் என் கணவரும் சேர்ந்திருந்த நாட்கள் மிகக் குறைவு. (இருவருமே பணிபுரிவதனால்தான் இந்த நிலை.) அதுவும் கடந்த ஆறு ஆண்டுகளாக அவர் கேரளாவிலேயே இருக்க - நான் இங்கே தனியாக சென்னையில் இருந்தேன். எப்படியாவது இந்த ஆண்டு அவருக்கு உத்தியோக மாற்றல் வாங்கி விட எண்ணி அவர் செய்த முயற்சிகள் அனைத்திற்குமே நான் துணை நின்றேன். சென்ற ஏப்ரலில் அவருக்கு மாற்றல் கிடைத்து சென்னை வந்தார். ரொம்ப நாட்களாகத் தள்ளிப் போய்க் கொண்டிருந்த என் பதவி உயர்வும் நான் எதிர்பாராத போது கிடைத்தது. இப்போது நாங்கள் அமைதியாக வாழ்கிறோம்.''

சந்திப்பு :

வைதேகி தேசிகன்

ஆப்பம்

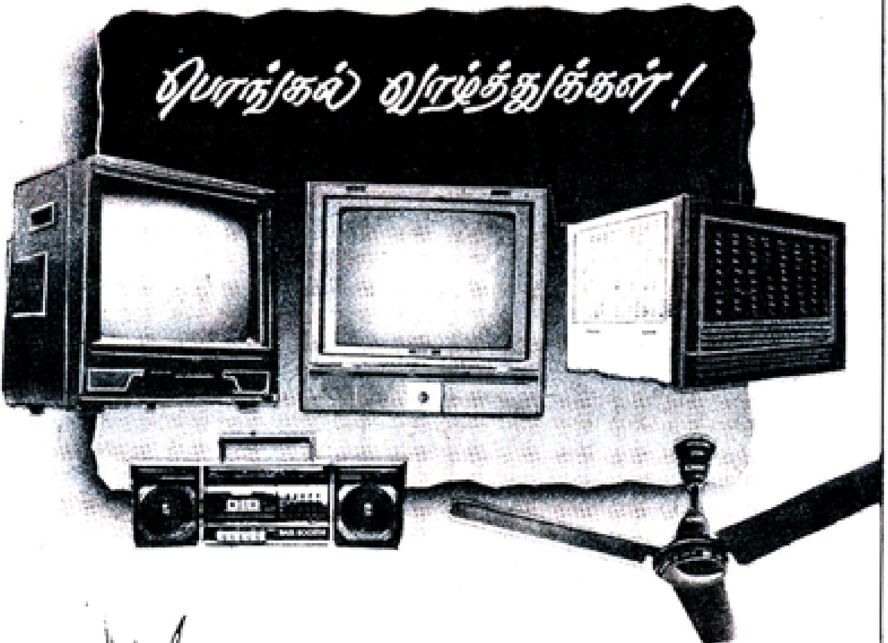
பச்சரிசி - $1\frac{1}{2}$ தம்ளர்,
புழுங்கலரிசியில் வடித்த சாதம் - 1 தம்ளர்,
ஆப்பசோடா - 1 சிட்டிகை,
சர்க்கரை - 1 டீஸ்பூன்,
உப்பு - $\frac{1}{2}$ டீஸ்பூன்,
தேங்காய்ப்பால் - $\frac{1}{2}$ கப்.

பச்சரிசியை ஊற வைத்து, அத்துடன் சாதத்தையும் சேர்த்து கிரைண்டரில் நைசாக அரைத்து, உப்பு மட்டும் சேர்த்துக் கரைத்து வைக்கவும். காலையில் ஆப்பசோடா, தேங்காய்ப்பால், சர்க்கரை சேர்த்து வாணலியில் ஊற்றி எடுக்கவும். பூப் போன்ற ஆப்பம் கிடைக்கும். மாலை டிபனுக்கு வேண்டுமானால் காலையில் அரைத்து வைக்கவும்.

- சந்திரா



18 ஆண்டுகள் கடந்த பிறகும்
எங்கள் வாக்குறுதி தொடர்கிறது...





KONARK TV

From the people with heritage

கொனார்க் டெலிவிஷன் லிமிடெட்
(ஒரிஸ்ஸா அரசு நிறுவனம்)
ஆர்த்தி சேம்பர்ஸ், 189, அண்ணா சாலை,
சென்னை-600 006.
தொலைபேசி: சேல்ஸ் & சர்வீஸ் 861421.
டெலக்ஸ்: 041-6288
■ எலக்ட்ரானிக் பவன், ரஸல்கர்,
புவனேஸ்வர்-751 010.

Adept.

என்ன ஆச்சு மறதியா?

சைக்கிளுக்குப் பெட்ரோல்!

என் கணவர் ஒரு பயங்கரமான 'ஞாபகமறதி' ஆசாமி (ஆப்ஸெண்ட் மைண்டட்).

ஒருமுறை மோபெட் டயர் பங்சராகி விட்டதால் அவர் சைக்கிளை எடுத்துக் கொண்டு வெளியே கிளம்பினார். பெட்ரோல் பங்கில் போய் சைக்கிளை

✱ தையு



நிறுத்தி பெட்ரோல் போடச் சொல்ல இவரை கிறுக்கு என நினைத்து பெட்ரோல் பங்க் ஆட்கள் ஓரங்கட்ட முயற்சிக்க இவர் வெருண்டு பின் விஷயம் புரிந்ததும் அசடு வழிந்தது தனி கதை!

அவருடைய மாஸ்டர் பீஸ் மறதி நிகழ்ச்சி இதோ...!

தன் புது ஸ்கூட்டரில் முன் புறம் உள்ள பெட்டியில் தன் அலுவலக சாவிகளையும் டிபன் பாக்ஸையும் வைத்து எடுத்துச் செல்வது அவர் வழக்கம். ஒரு நாள் மேகமூட்டமாக இருந்ததால் ரெயின் கோட்டை சுருட்டி அந்தப் பெட்டியிலேயே வைத்து எடுத்துச் சென்றார். மறதிப் பேர்வழியாதலால் அடிக்கடி வண்டியை நிறுத்தி பெட்டியினுள் எல்லாம் இருக்கிறதா அல்லது ஏதாவது மறந்து விட்டோமா என்று பார்த்துக் கொண்டு போவது அவர் வழக்கம்.

அன்று வழியில் மழை பெய்ய ஆரம்பித்ததால் (அந்த இடத்தில் மட்டும் மழை பெய்தது) வண்டியை நிறுத்தி ரெயின் கோட்டை அணிந்து வண்டி ஓட்டிச் சென்றார். சற்று நேரத்தில் மழை நின்று வெயில் அடிக்க ஆரம்பித்தது.

சற்று தூரம் சென்றதும் வண்டியை நிறுத்தி முன்புற பெட்டியைத் திறந்து பொருட்களை சரிபார்த்த போது துணுக்குற்றார். 'ரெயின் கோட்'டைக் காணோம்! ஆபீசுக்குக் கிளம்பும் போது எடுத்து வைத்தோமே, இப்போது காணாமல் போய் விட்டதே என்ற கவலையுடன் வீட்டுக்கு வண்டியைத் திருப்பிக் கொண்டு வந்தார். 'சுள்'ளென்று அடிக்கும் வெயிலில் ரெயின் கோட் தொப்பி அணிந்து வரும் என் கணவரை எல்லோரும் சிரித்தபடி பார்க்க அவர் என்னிடம் வந்து, 'ரெயின் கோட்டைக் காணோம்.. எங்கே?' என்று



பதறியபடி கேட்க, நான் டிரெஸிங் டேபிள் முன் அவரை அழைத்துச் சென்று நிறுத்த... ஒரு லிட்டர் அசடு வழிய விட்டார். ஒரு நாள் லீவு வேஸ்ட்!

- ஆர். சந்திரா

பயனுள்ள பொழுது போக்கு

தினம் தினம் திரும்பத் திரும்ப, சமையல், சாப்பாடு, டீவியும், சினிமாக்களும்தானா வாழ்க்கை? அலுத்து

விட்டது எனக்கு. நம்மால் ஏதாவது, என்ன வாவது உருப்படியாக செய்ய முடியுமா? என்ற கேள்வி தோன்ற - என் மன உந்துத லுக்கும், ஆர்வத்திற்கும் தீனி போட என்ன செய்யலாம்?

என் வீட்டின் கார் ஷெட் வெறுமனே கண்டான் முண்டான் சாமான்களைப் போட்டு பூட்டி வைக்கப்பட்டிருந்தது. எங்கள் காரை வீட்டு போர்டிகோவில் நிறுத்துவதால் கார் ஷெட் கவனிப்பா

✱ அகிலா



ரற்றுக் கிடந்தது.

கணவரிடம் உத்தரவு பெற்று, கார் ஷெட்டைப் பெயிண்ட் செய்து, பாய்கள் பெஞ்சுகளை வாங்கிப் போட்டு ஒரு 'ப்ரீ நர்சரி ஸ்கூல்' ஆரம்பித்து விட்டேன். நிறைய போஸ்டர்களும், பானர்களுமாக



விளம்பரம் செய்தேன். ஆரம்ப விழா பள்ளிக்கு படு அமர்க்களம். ஆனால் வந்ததோ ஒரே ஒரு பெண் குழந்தை. 'நடுக் கடலில் தத்தளிப்பவனுக்கு மரக்கட்டை கிடைத்தாற்போல்'' - கிடைத்த குழந் தையை வைத்துக் கொண்டு 10 நாட்கள் காலம் தள்ளினேன் பொறுமையாக.

இந்தப் பத்து நாட்களில் துணைப்பி எடுத்து விட்டனர். 'இன்று எத்தனை குழந் தைகள் சேர்ந்தார்கள்?' என்று. நான் மனோ தைரியத்தை கைவிடாமல், வந்த பெண் ணுக்குக் கடமையே கண்ணாக, ஏபிசிடி, 1,2,3 சொல்லித் தருவதற்குள் அந்த 2 வயதுக் குழந்தை தூங்கி விடும். பிறகு 12 மணிக்குக் குழந்தையை எழுப்பி அதன் தாயாருடன் அனுப்புவேன்.

இதனிடையில் என் சிநேகிதிகள் எனக் காக குழந்தைகள் வேட்டையாடி 10, 15 குழந்தைகளைக் கொண்டு வந்து சேர்த் தனர். இப்பொழுது வருஷா வருஷம் 35 - 50 குழந்தைகள் அடுத்த பள்ளிக்குத் தயாரா கின்றனர்.

இப்பொழுது பள்ளி இந்த வட்டாரத்தி லேயே பிரபலமடைந்து விட்டது.

- தைய ராமமூர்த்தி

வீடியோ மாமா!

ஒரு நாள் உலர்த்திய துணிகளை எடுக்கும் போது ஐம்பத்தைந்து வயது மதிக் கத்தக்க ஒருவர் என்னிடம், 'வி. வி. கோபால் வீடு இதுதானே' என விசாரிக்க நானும் அவரை உள் அழைத்து அமரச் செய்து என்ன விஷயம் என்று கேட்டேன். ஒன்றுமில்லை. அவர் அண்ணாவிற்குப் பெண் பார்த்துக் கொண்டிருப்பதாகக் கேள் விப்பட்டேன். அது விஷயமாகவே பேச வந்தேன் என்றார். நானும் அவர் யார்? எந்த ஊர்? என குலம் கோத்திரம் விசாரித்துக் கொண்டிருக்கையில் என் மன்னியின் அப்பாவும் வந்தார். லோக சமாசாரங்களை பேசியபின் தன் பிள்ளையும், என் மைத் துனரும் (வெளிநாட்டில் இருக்கிறார்) ரொம்ப நெருங்கிய நண்பர்கள் என்றும் மைத்துனர் சில சாமான்களை அனுப்பி இருப்பதாகவும் அவை கஸ்டம்ஸில் இருக் கிறது. பத்தாயிரம் கட்டினால்தான் எடுக்க முடியும் என்றார். அவருடைய நண்பர் களை எங்களுக்கு ஓரளவு தெரியும். ஒரு கடிதம் கூட அவர்கள் இந்தியா வரும் போது கொடுத்தனுப்ப தயங்குபவர் சாமான் கொடுத்துள்ளார் என்றதும் இது ஏதோ சதி! என்பது மட்டும் என் மூளைக் குத் தெரிந்தது.

நான் சிறிது நேரம் கழித்து, ''வாங்க மாமா! ஏர் போர்ட்டுக்குப் போகலாம். கஸ்டம்ஸில் பணத்தைக் கட்டி விட்டு ஒரு ஆட்டோ எடுத்து வந்து விடலாம்'' என்றேன். ''நோ, நோ. லேடீஸ் அலையக் கூடாது. கஸ் டம்ஸில் சாமான்கள் என் பையன் பேரில் இருக்கு. அவன் எடுத்து நாளை உங்களுக்குத் தருவான். டிரூட்டி மட்டும் கட்டணும் பணம் தேவை'' என் றார்.

மனங்கவர் மென்மையான வண்ணங்கள் முதல்,

கண்கவர் கவர்ச்சியான வண்ணங்கள் வரையில்,

உங்கள் எண்ணத்திற்கேற்ப 500 க்கும் மேற்பட்ட தரமான

பிளவுஸ் துணிகள். உங்கள் அபிமான லக்ஷ்மி மில்லிலிருந்து.

லக்ஷ்மி பிளவுஸ் துணிகள்

வருடத்தின் நாட்களைக் காட்டிலும் அதிக வண்ணங்கள்

Seagull LD 1102

சாதாரணமாக முந்திரிப் பருப்புக்கள் எங்கே இருக்கிறதோ அங்கே எறும்பு களுக்குக் கொண்டாட்டம்தான். இந்த முந்திரிப் பருப்புக்களை எறும்புகள் அரித்துத் தின்று விடாமல் இருக்க இத்து டன் சிறிதளவு பச்சைக் கற்பூரத்தைப் போட்டு வைத்து விட வேண்டும்.

— ஆர். அஜிதா



மேலும், ''ரொம்ப க்ஷேமும் முன்னாடியே சொல்லாமல் எப்படி வைத்திருப்பீர்கள். நீங்க ஒரு நானூறு ரூபாய் தாங்க. மற்றதை நான் பார்த்துக் கொள்கிறேன். நாளை வீடியோ 'செட்'டைக் கொண்டு வரும் போது 'செக்'காகத் தந்தால் கூட போதும்'' என்றார். (அவர் தோரணை, பேசிய பேச்சு எல்லாம் ஒரு பெரிய மனிதரைப் போல இருந்தது. சந்தேகமே பட முடியாது.)

நான் அடுத்த ஃப்ளாட்டுக்குப் போய் விஷயத்தைச் சொல்லி ஐந்நூறு பேரோடு வருவதைப் பார்த்தவுடன் நழுவி விட்டார்.

இந்த நிகழ்ச்சி நடந்து நான்கு நாள் பின்பு என் கடைசி மச்சினரின் நண்பரின் அப்பா வந்தார். பார்க்க பரிதாபமாக இருந்தார். சரி இன்னொரு ஆள் நம்மிடம் வசமாக மாட்டிக் கொண்டார். இவரை விடக் கூடாது என்று நினைத்து அவர் யார், என்ன என்று கேட்காமல் வி. வி. கோபால் வீடு இதுதானே' என்றதும், தயவுசெய்து வெளித் திண்ணையில் உட்காரவும் என நான் காட்டமாகவே சொல்ல அவரும் அவ்வாறே செய்தார்.

ஊரிலிருந்து வந்திருந்த என் மாமியார் நான் யாரோடு இப்படிப் பேசுகிறேன் என்று அறிய எட்டிப் பார்க்க யாரு? பத்மநாப மாமா மாதிரி இருக்கே' என எழுந்து வந்து, 'ஓ... மாமா! எப்படி இருக்கேள்' பிள்ளை நாட்டுப் பெண் சௌக்யமா? உள்ளே வாங்கோ' இது நம்ம வீடு என நீள பேசிக் கொண்டே போக, நான் ஏன் அந்தத் திசையில் இருக்கிறேன்! என் மன்னியின் அப்பாவும், அந்த பத்மநாப மாமாவும் இன்று என்னைப் பார்த்தாலும் 'வீடியோ' மாமா எங்கே' என்று கிண்டல் செய்வார்கள்.

- திருமதி அகிலா கோபால்.

நாராசமான பேச்சு!

நானும் எனது கணவரும் சில தென் விந்திய கோவில்களுக்குப் பிரயாணம் போனோம். சிதம்பரம் கோவில் தரிசிக்கப் போன போது ஹோமம் நடந்து கொண்டிருந்தது. அன்று என் கணவர் பிறந்த தினம். யதேச்சையாக பிறந்த தினம் அன்று அபிஷேகம் பார்க்கும் வாய்ப்புக் கிடைத்தது பேரதிர்ஷ்டம் என எண்ணினோம். அப்போது அங்குள்ள தீக்ஷிதர் ஒருவர் எங்கள் அருகில் வந்து, ''அபிஷேகம் ஒன்று செய்துடலாமா?'' என பவ்யமாக வினவினார். நல்ல நாள் அதுவுமாகக் கேட்கிறாரே எனச் சந்தோஷப்பட்டோம். உடனே என் கணவர், ''உடன் ஏற்பாடு செய்ய முடியுமா? எவ்வளவு ஆகும்?'' என வினவினார்.

''பத்து நிமிடத்தில் ஆகி விடும் மாமா'' எனக் குழைந்தார்.

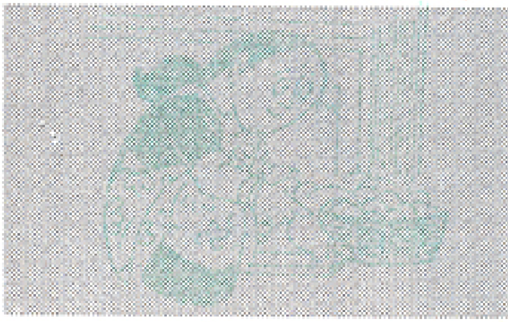
''ரூபாய் ஒன்றும் ஜாஸ்தி இல்லை; ஒரு 650 ரூபாயில் முடித்து விடலாமென்'' றாரே பார்க்கலாம்! தூக்கிவாரிப் போட்டது எங்களுக்கு.

திகைப்படைந்த நாங்கள் பேசாதிருக்கவே தீக்ஷிதர், ''நீங்கள் எவ்வளவுதான் கொடுப்பீர்கள்?'' என ரேட் இறங்கி வந்து, ''ஒரு 250 ரூபாயில் முடித்துடலாமா?'' என்றாரே பார்க்கலாம். எனக்குக் கோபம் பொத்துக் கொண்டு வந்தது. நிம்மதியாக பிரார்த்தனை செய்ய விடாமல் எங்களையே சுற்றிச் சுற்றி வந்தார்கள் இரண்டு தீக்ஷிதர்கள். மறுபடி மறுபடி எவ்வளவு தருவேள்? எனத் தொந்திரவு செய்தனர்.

''ரூ 50 தரேன்'' என்றேன். என் கணவரும் ஆமோதித்தார்.

உடனே அந்தத் தீக்ஷிதர் இன்னொரு தீக்ஷிதரிடம் ''ம்ம்ம்... 50 ரூபாயாம்'' எனக் கேலியாகச் சொன்னார். அதற்கு அந்த தீக்ஷிதர் ''ம்ம்ம்... அந்த ரூபாய்க்கு திவசம் தான் வரும்'' என்றார். கோபமும், அவமானமும் அடைந்த என் கணவர் கோவிலில் பகவான் சந்நிதியில் அவர்களுடன் சண்டை போட வேண்டாமென மௌனமாகி விட்டார். பகவான் அவர்களை பார்த்துப் பார் என என்னைச் சமாதானப்படுத்தினார். என் மனம் நல்ல நாளும் அதுவுமாக இப்படிச் சொல்லி விட்டாரே என வேதனையால் துவண்டது. கண்களில் நீரோடு அந்தக் கோவிலை விட்டு வெளியேறினேன்.

- லக்ஷ்மி துரைஸ்வாமி



ஆரஞ்சுப் பழத்தின் தோலினையும், பச்சை மிளகாயையும் பொடியாய் நறுக்கிச் சிறிது கூட எண்ணெய் ஊற்றி வதக்கி, வற்றல் குழம்பாகச் செய்தால் கமகமவென்று வாசனையுடன் சாதம் இன்னும் இரண்டு பிடி அதிகமாகச் சாப்பிடத் தோன்றும். பித்தம், ஜீரணத்திற்கு மிகவும் நல்லது.

- ஆர். ஜானகி

துன்பம் வரும் வேளையிலே..

அப்போது, எனக்கு மிகுந்த சோதனைக் காலம். துன்பம் வந்தால் தொடர்ந்து வருமாமே? அப்படித்தான் இருந்தது.

என் கணவர், செய்து கொண்டிருந்த தொழிலில் ஏகப்பட்ட நஷ்டம் ஏற்பட்டு, சமாளிக்க முடியாமல் போய் அந்தக் கவலையிலேயே அவரும் இறந்து போனார்.

பணமிருந்தால்தானே உறவு? எனவே உறவினர்களும், எங்களை விட்டு ஒதுங்கி விட்டார்கள். நானும் என் ஒரே மகனும் அனாதரவான நிலையில் இருந்தோம்.

இருபது வயதான என் மகன் ஒரு தனியார் நிறுவனத்தில் வேலை செய்து வந்தான். மிகவும் கஷ்ட ஜீவனம். இந்தச் சமயம் எனக்குக் கால்கள் வீங்க ஆரம்பித்து விட்டன. சிறுநீர் போகவில்லை. அடி வயிற்றில் ஒரே வலி.

வயிற்று வலி தாங்காமல் லேடி டாக்டர் ஒருவரைப் போய்ப் பார்த்தேன். என்னைச் சோதித்துப் பார்த்த அவர், ''உனக்குக் கர்ப்பப் பையில், ஒரு தேங்காய் அளவில் கட்டி இருக்கிறதே? எப்படி யூரின் பாஸாகும்? இத்தனை நாள் என்ன செய்து கொண்டிருந்தாய்? என்று கடிந்து விட்டு, உடனே அதை ஆபரேஷன் செய்ய வேண்டும்'' என்று சொல்லி விட்டார்.

எனக்கு அதைக் கேட்டதும் மயக்கமே வந்து விட்டது. என் மகன் மிகவும் கலங்கிப் போனான். நான் மனதைத் திடப் படுத்திக் கொண்டு அவனுக்கு ஆறுதல் சொன்னேன். இந்த மாதிரி எத்தனையோ பேர் ஆபரேஷன் செய்து கொண்டிருக்கிறார்கள். ஒன்றும் ஆகி விடாது. தைரியமாக இரு என்றேன் அவனிடம்!

நாங்கள் இருந்த நிலையில் ஆயிரக் கணக்கில் பணச் செலவு செய்து ஆபரேஷன் செய்து கொள்ள முடியாதாகையால், ஒரு அரசாங்க ஆஸ்பத்திரியில் சேர்ந்தேன். நான் மிகவும் ஏழை என்றும், என் ஒரே பையனின் வருமானம் மிகவும் குறைவு என்றும் எழுதிக் கொடுத்தேன். உண்மையும் அதுதானே?

எனக்கு ஆபரேஷனுக்கு நாள் குறிக்கப்பட்டதும், மனம் தைரியமிழந்தது. இந்தப் பெரிய ஆபரேஷனில் நான் இறந்து போய் விட்டால்? இருபதே வயதான என் பையன், அனாதை ஆகி விடுவானே என்று பயந்தேன். ஆனால் அது என் செயலுக்குள்ளா இருக்கிறது? நம்மால் நீக்கிக் கொள்ள முடியாத கஷ்டங்கள், நமக்கு ஏற்படும் போது, அதைத் துணிச்சலுடன் ஏற்றுக் கொள்வதைத் தவிர வேறு என்ன வழி இருக்கிறது? நான் இந்த ஆபரேஷனில், இறந்து விட்டால்தான் என்ன? எத்தனையோ அனாதைகளைக் கடவுள் காப்பாற்றவில்லையா? அப்படி என் குழந்தையையும் கடவுள் காப்பாற்றுவார் என்று எண்ணி, நானும் ஆறுதல் அடைந்து என் மகனையும் தேற்றினேன்.

ஒருவழியாக ஆபரேஷன் ஆகி பிழைத்துக் கொண்டேன். ஆஸ்பத்திரியில் 'பெட்'டில் இருந்த எனக்கு ஹார்லிக்ஸ் கரைத்துத் தரவோ, பழத்தைப் பிழிந்து ஜூஸ் தரவோ, யாரும் என் பக்கத்தில் இல்லை. என் மகன் வந்து என்னைப் பார்த்து விட்டுப் போகலாம், ஆனால் அருகில் இருக்கக் கூடாது என்பது ஆஸ்பத்திரி விதி.

என் நிலைமையை அறிந்து பக்கத்து 'பெட்'டில் உள்ளவர்களுக்கு உதவிக்கு இருந்தவர்கள், என் மீது இரக்கப்பட்டு, எனக்கும் உதவி செய்தார்கள். நானும் குணமாகி வீட்டுக்கு வந்து சேர்ந்தேன்.

இப்போது, அந்த நிகழ்ச்சிகளை எல்லாம் நினைத்தால், எனக்கே ஆச்சரியமாக இருக்கும். நாமா அப்படி எல்லாம் கஷ்டத்தைத் தாங்கினோம் என்று பிரமிப்பாக இருக்கிறது.

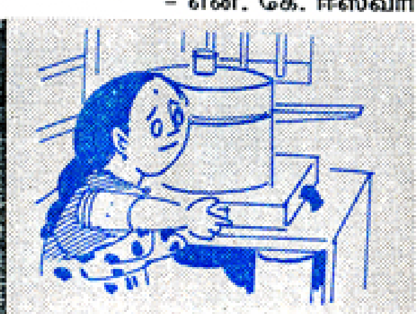
நான் ஒன்றும் அசாதாரண மனுஷி அல்ல. எல்லோரையும் போல சாதாரணமானவள்தான். ஆனால் துன்பம் வந்த வேளையில் துவண்டு விடாமல் மனதை உறுதியாக்கிச் சமாளித்து விட்டேன்.

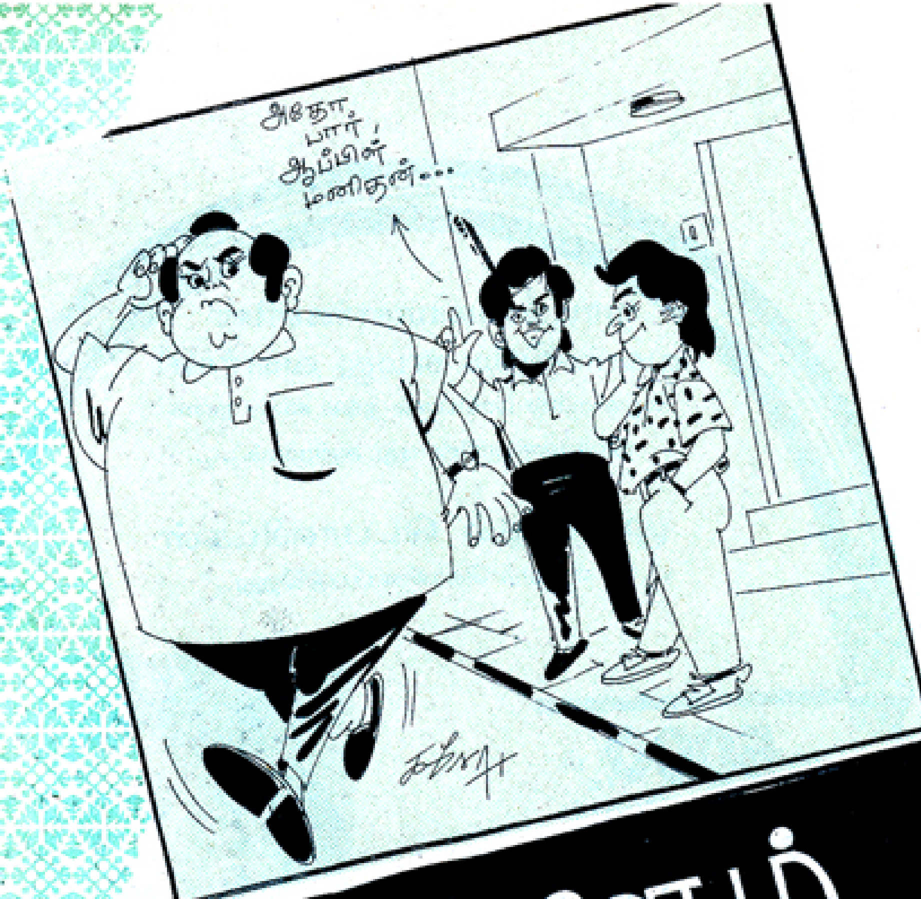
இன்று ஓரளவு வசதியாக இருக்கிறோம். அன்று எங்களைத் திரும்பிக் கூடப் பார்க்காத உறவினர்கள், இன்று மெள்ள வந்து எங்களை எட்டிப் பார்க்கிறார்கள். இதுதான் உலக நடைமுறை.

– என். கே. ஈஸ்வரி

ஒரு கப் பயத்தம் பருப்பை ஒரு கப் தண்ணீர் விட்டுக் குக்கரில் வேக வைக்கவும். வெந்ததும் எடுத்து நன்றாக மசித்து அத்துடன் நான்கு கப் பச்சரிசி மாவு கலந்து, எள், உப்புத் தூள் சேர்த்துக் கெட்டியாகப் பிசைந்து மகிழம்பூ அச்சில் போட்டு, எண்ணெயில் பிழிந்து பொரித்தெடுக்கவும். இந்த மகிழம்பூ சுவையுடன் இருப்பதுடன் வாயில் போட்டால் தண்ணீர் போலக் கரையும்.

– பாலா





ஆப்பிளும்

நானும் என் மருத்துவ நண்பரும் தெருவில் நின்று போகிறவர் வருகிறவர்களைப் பார்த்துக் கொண்டிருந்தோம். மருத்துவருக்கு மனிதர்களுடைய உடல் அமைப்பை ஆராய்வதில் ஒரு தனி அக்கறை. குறிப்பாக இடுப்புகளும் பிட்டங்களும் அவருடைய கவனத்தை அதிகமாக ஈர்க்கும்.

''அதோ பார், ஒரு ஆப்பிள் மனிதன்!'' என்றார் அவர்.

அவர் குறிப்பிட்ட மனிதர் பெரிய தொப்பையும் மெலிந்த கால்களும் பெற்று ஒரு பம்பரத்தைப் போன்ற உருவத்துடவிருந்தார்.

''இதோ பார், ஒரு பியர் பெண்மணி!''

அந்தப் பெண்மணி கரைக்காய் அல்லது தலைகீழான பம்பரத்தை நினைவூட்டுகிற வகையில் மெலிந்த இடுப்பையும் பருத்த பிட்டங்களையும் பெற்றிருந்தாள். தொடைகளும் பெரிது பெரிதாக இருந்தன.

''உனக்குத் தெரியுமோ, வயசு, உயரம், எடை, தேக ஆரோக்கியம் எல்லாம் சமமாக இருக்கிற ஒரு ஆப்பிள் ஆணையும், ஒரு பியர் பெண்ணையும் எடுத்துக் கொண்டால், அவர்களில் ஆணுக்கு உடல்நலக் கோளாறுகள் அதிகமாக வர வாய்ப்பிருக்கிறது. பெண், ஆணை விட அதிக உடல்

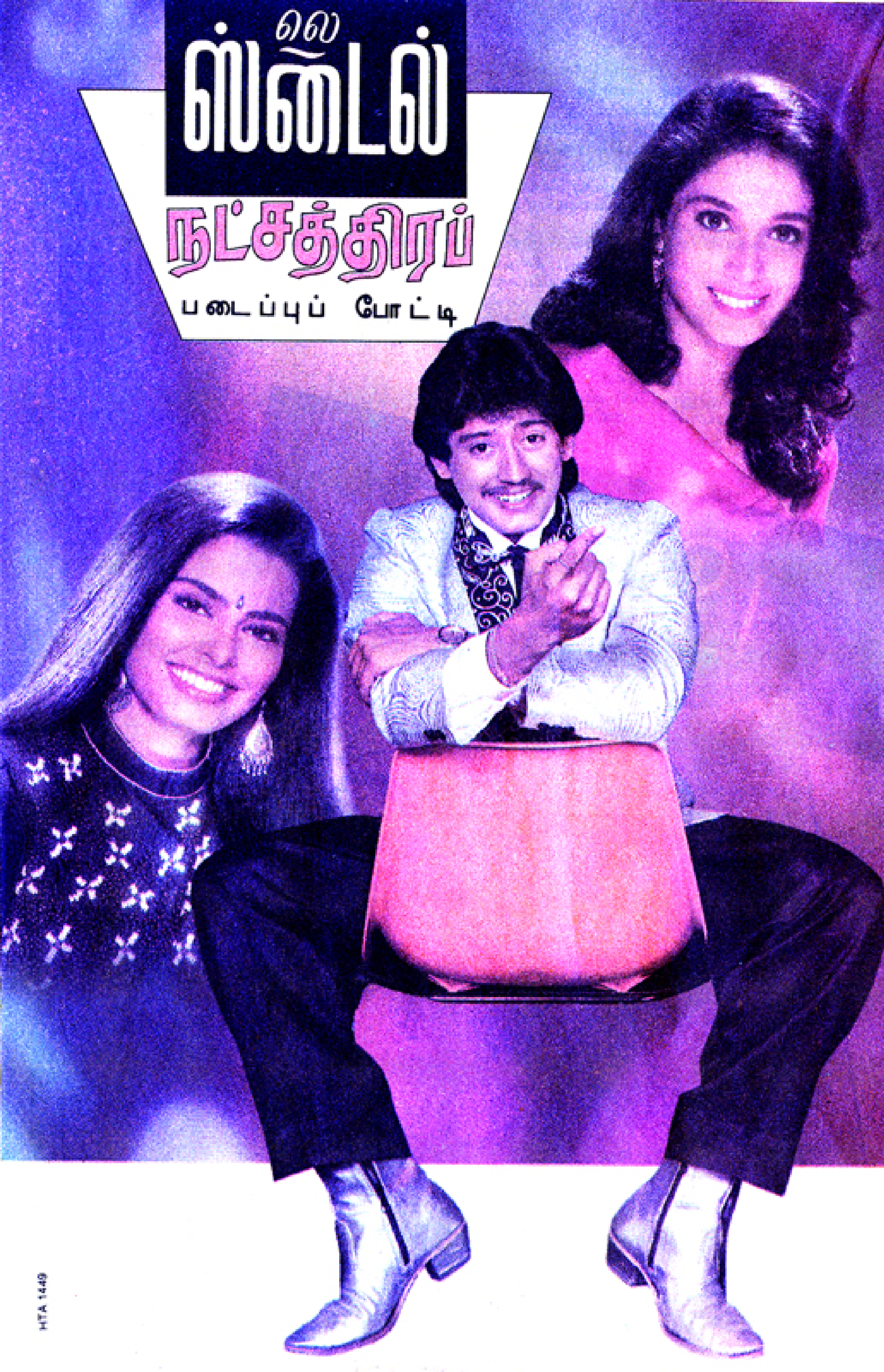
நலத்துடனிருக்கிறாள் என்றே சொல்லலாம்'' என்றார் மருத்துவர்.

உடலில் கொழுப்புச் சத்து உபரியாகும் போது, பெண்களின் உடலில் அது பிட்டங்களிலும், தொடைகளிலும் போய்ச் சேருகிறது. ஆண்களுக்குக் கொழுப்பு தொப்புள் பகுதியில் தேங்குகிறது. ஆண்களுக்கு இது ஒரு ஆபத்தான விஷயம்.

உங்களுக்கு இதய நோய், இதயத் தாக்கு, ரத்தக் குழாய் அடைப்பு, நீரிழிவு போன்ற கோளாறுகள் வர வாய்ப்பிருக்கிறதா என்பதை அறிய அமெரிக்க விஞ்ஞானிகள் ஒரு மிக எளிய சோதனை உத்தியைக் கண்டுபிடித்திருக்கிறார்கள். நேராக நின்று கொண்டு உங்களுடைய இடுப்பின் சுற்றளவையும், பிட்டங்கள் பெருமளவு பெருத்திருக்கிற இடத்தின் சுற்றளவையும் ஒரு அளவு நாடாவின் உதவியுடன் கண்டு பிடித்துக் கொள்ளுங்கள். இடுப்பளவைப் பிட்ட அளவினால் வகுத்து விடுங்கள். அந்த விடை இடுப்பு - பிட்டத் தகவு (ratio) எனப்படுகிறது. உதாரணமாக ஒருவருடைய இடுப்புச் சுற்றளவு 90 சென்டி மீட்டர், பிட்டச் சுற்றளவு 100 சென்டி மீட்டர் என்றால் அவருடைய இடுப்பு - பிட்டத் தகவு 0.9 ஆண்களுக்கு

பியரும்




லை
ஸ்டைல்
நட்சத்திரப்
படைப்புப் போட்டி
HTA 1449

இது அதிகபட்சமாக 0.85 முதல் 0.9 வரையிருந்தால் பரவாயில்லை. பெண்களுக்கு 0.75 முதல் 0.8 வரையிருக்கலாம். இந்த அளவுகளை விடக் குறைவாயிருந்தால் மிக நல்லது.

ஆண்களுக்குத் தொப்புள் பகுதியில் கொழுப்பு சேருவது மிகவும் ஆபத்தான விஷயம். ஆனால் பெண்களுக்குப் பிட்டப் பகுதியிலும், தொடைகளிலும் கொழுப்பு சேர்ந்தால் பெரிய ஆபத்து ஒன்றுமில்லை. கால்களில் ரத்தக் குழாய்கள் புடைத்து (Vericose veins)த் தெரியலாம். பார்க்கிறவர்கள் தன்னைக் கேலி செய்கிறார்களோ என்ற



கூச்சம் ஏற்படலாம். அதை விடப் பெரிதாக ஒன்றும் வராது. பிட்டத்திலும் தொடைகளிலும் தோலுக்குச் சற்றுக் கீழேதான் அந்தக் கொழுப்பு திரளுகிறது.

ஆனால் ஆணின் தொப்பையில் சேருகிற கொழுப்பு அடிவயிற்றுப் புழையில் (abdominal cavity) சேருகிறது. தோலுக்கடியிலும் சிறிது கொழுப்பு சேரும். ஆனால் தொப்புளுக்கடியில் தோலைக் கிள்ளிப் பார்த்தால் தடிமவாகத் தெரியாது. தோலை அடுத்துள்ள தசைச் சுவரும் தடித்திருப்பதாகத் தோன்றாது. உடம்பில் கொழுப்பு எவ்வளவு இருக்கிறது என்பதைத் தோராயமாக அறிய மருத்துவர்கள் இவ்வாறு கிள்ளிப் பார்ப்பார்கள்.

பெண்களுக்கும் இடுப்பைச் சுற்றிக் கொழுப்பு சேருவதுண்டு. ஆனால் அதே சமயத்தில் பிட்டத்திலும் கொழுப்பு சேர்ந்து பிட்டம் பெருத்து விடுவதால் இடுப்பு - பிட்டத்தகவில் பெரிதாக அதிகரிப்பு ஏற்படாது. பெண்களுக்குத் தோலுக்கும், தசைச் சுவருக்கும் இடையில்தான் பெரும்பாலான கொழுப்பு தேங்குகிறது. தோலைக் கிள்ளிப் பார்க்கும் போது மடிப்பு தடிமனாக இருக்கும். கொழுப்பு அடிவயிற்றுப் புழைக்கு வெளியில் இருக்கிறது என்பதுதான் முக்கியமான விஷயம்.

ஆணுக்கோ கொழுப்பு தசைச் சுவருக்கு உள்ளே, அடிவயிற்றுப் புழைக்குள் குடல்களையும் மற்ற உறுப்புக்களையும் சூழ்ந்து கொண்டு தேங்குகிறது.

அதுபோன்ற ஆண்களைப் பார்க்கும் போது அறுவை சிகிச்சை செய்கிற மருத்துவர்களுக்கு எரிச்சலாக வரும். வயிற்றைத் திறந்து பார்க்கிற போது எல்லா உறுப்புகளையும் மஞ்சள் நிறத்தில் பாளம் பாளமாக இருக்கிற கொழுப்பு மூடிக் கொண்டு எல்லாவற்றையும் மறைத்துக் கொண்டிருந்தால் எரிச்சல் வராமல் என்ன செய்யும். குடல் வாலையோ, வேறு பகுதியையோ கையால் தொட்டுப் பார்க்கவும் முடியாமல்

கொழுப்புப் படலங்கள் தடுக்கும். அறுப்பதும் கஷ்டம், தைப்பதும் கஷ்டம்.

வயிற்றுக்குள் குடலை மூடிக் கொண்டு பெரிடோனியம் என்று ஒரு பெரிய சவ்வு உள்ளது. அதில் பிரி அடிபோசைட்டுகள் எனப்படுகிற சிறிய செல்கள் ஏராளமாக உள்ளன. அடி வயிற்றில் கொழுப்பு சேரும் போது அவற்றில் டிரைகிளிசரைடுகள் (Triglycerides) என்ற கொழுப்பு அமிலங்களும் கொலஸ்டிராலும் நிறைந்து பெரிடோனியம் ஆங்காங்கே தடித்து வீங்கி விடுகிறது. இவ்வாறு கொழுப்பேறிய செலின் நடவடிக்கைகளே மாறிப் போகின்றன. அதற்கு வீரியமும் சுறுசுறுப்பும் அதிகமாகி விடும். அவை தம்மிடமிருக்கிற கொழுப்பைக் கல்லீரலுக்குச் செல்லுகிற ரத்தக் குழல்களுக்குள் புகுத்தி விடும் போது தான் ஆபத்து தொடங்குகிறது.

கல்லீரலுக்கு அதிக அளவில் கொழுப்பு அமிலங்கள் வந்து சேரத் தொடங்கும் போது கல்லீரல் மிகக் குறைந்த அடர்த்தியுள்ள லிப்போல் புரதங்களை அதிக அளவில் உற்பத்தி செய்து ரத்தக் குழல்கள் மூலமாக இதயத் துக்கும், இதயக் குழல்களுக்கும், நுரை யீரல்களுக்கும் அனுப்புகிறது. அந்த லிப் போப் புரதங்களில் ஒரு பகுதி நீங்கு செய்யும் கொலஸ்டிராலாக மாறி ரத்தக் குழல் சுவர்களில் படிந்து சேதப்படுத்தி இதய நோய்களுக்கு அடிகோலுகிறது. இடுப்பு - பிட்டத்தகவு 0.9க்கு மேலிருக்கிற ஆணுக்கும் 0.8 க்கு மேலிருக்கிற பெண்ணுக்கும் இத்தகைய கொலஸ்டிரால் பிரச்னை தோன்றுவதற்கான வாய்ப்புகள் அதிகம். இதைக் கேட்டு பயந்து விடா தீர்கள். உடல் எடையைக் குறைத்தால் இந்தப் பிரச்னை உடனடியாக மறைந்து விடுகிறது.

பல பெண்கள் எவ்வளவு பட்டினி கிடந்தாலும், எவ்வளவு உடற்பயிற்சி செய்தாலும் பிட்டமும், தொடைகளும் இளைக்கிறதில்லை. அப் பகுதியிலிருக்கிற கொழுப்பு செல்கள் விடாப்பிடியானவை. அவை தம்மிடமிருக்கிற கொழுப்பு அமிலங்களை வெளிப்படுத்துவதேயில்லை. ஒரு பெண் தாயாகித் தன் குழந்தைக்குப் பாலூட்டத் தொடங்கினால் மட்டுமே அவை தமது கொழுப்பு அமிலங்களை விடுவிக்கின்றன. குழந்தைகளின் பாதுகாப்புக்காக இயற்கையே இந்த மாதிரி ஒரு ஏற்பாட்டைச் செய்து வைத்திருக்கிறது போலும். தாயின் உடலில் கொழுப்புப் பற்றாக்குறை ஏற்பட்டுப் பாலில் சத்து குறைகிற நிலையேற்படும் போது, பிட்டங்களிலும் தொடைகளிலும் உள்ள செல்கள் கொழுப்பு அமிலங்களை விடுவித்துப் பாலில் உள்ள குறைபாட்டைச் சரிப்படுத்துகின்றன.

– கே. என். ராமசந்திரன்

சென்ற இதழில் - வந்த குளிர் காலத்தில் தயிர் உறைகுத்துவது பற்றி - 35 வருடங்கள் - டில்லி, சண்டிகர், ஸிம்லா, க்வாலியர் போன்ற பற்கள் கிட்டி தந்தி அடிக்க கைகால் விறைக்க, உடம்பு சில்லிட்டிருக்க குடும்பம் நடத்தின அனுபவம் உள்ளவள் சொல்கிறேன் - நானும் கம்பளியால் தயிர், தோசை, இட்லி மாவு போன்றவற்றைச் சுற்றி அரிசி டப்பா, ஆட்டா டப்பாக்களில் வைத்தது உண்டு - சூடு பாலில் வழக்கத்திற்கு அதிகமாக உறை குற்றியதும் உண்டு, தெர்மாகோல் டப்பாவிலும் வைப்பது வழக்கம். - வெயில் சூடு வரும் இடத்தில் எல்லாம் பாத்திரத்தை நகர்த்தி வைத்தாலும், எனக்கு ஒருநாள் விட்டு ஒரு நாள் தான் தயிர் ரெடியாகும், இட்லி வார்க்க முடியும் - இவ்விதம் நான் கஷ்டப்பட்டது 'அந்தக் காலம்' (1960, 70, 80 - ல்).

'இது 1993 ங்க' - இப்பொழுது எல்லாம் 'காஸெரோல்' பல திணுசுகளில், அளவுகளில் கிடைக்கும்பொழுது 2, 3 மணி நேரத்தில் 'தயிர் ரெடி' - இளம் சூட்டில் பாலை 'காஸெரோலில்' தயிரை ஸ்பூனால் கலந்து வைக்கவும். அது போல் 'இட்லி மாவை' காஸெரோலில் விட்டு வைத்தால் நன்றாகப் பொங்கி, புளிப்பும் வருகிறது. திடீர் 'சோலே' செய்ய வேண்டுமா? கடலையை ஊறப் போடவில்லையே என்று மலைக்காதீர்கள். 1 மணி நேர அளவில் 'காஸெரோலில்' சுடு தண்ணீர் கலந்து வைத்து மூடி விட்டால் 'தபதப'வென்று கடலை ஊறி வெடித்து விடுகிறது. சினிமாவுக்குப் போய்விட்டு வந்தபின் எல்லாவற்றையும் சூடு செய்து சாப்பிட வேண்டுமே? என்று முணுமுணுத்துக் கொள்ளாதீர்கள். அவசர யுகத்திற்கும், நம்முடைய சௌகரியங்களுக்கும் நாளுக்கொரு சாதனங்கள் கடைகளில் கிடைக்கிறதே?! சாதத்தை ஒரு பெரிய 'காஸெரோலில்' போட்டு வைக்கவும். சிறிய காஸெரோல்கள் இருந்தால் குழம்பு, பொரியல் போன்றவற்றைக் கூட சூடாக வைக்க முடியும்.

– விசாலம்

மேகலா

மாத இதழ்



★ பாலகுமாரன்

எழுதும்

தெம்மாங்கு ராஜ்யம்

கதைக் களம்: மத்திய சிறைச்சாலை

★ ஒவ்வொரு இதழிலும் ஒவ்வொரு பத்திரிகை ஆசிரியர் பற்றி சுவையான, விரிவான செய்திகள். வாசகர்கள் ஏகோபித்த பாராட்டு பெற்ற பகுதி இந்த மாதம். **துக்ளக் ஆசிரியர் சோ**

★ சாருப்ரபா சுந்தர்: ரசிக்க வைக்கும் பதில்கள்

★ மதுரை மாவட்ட விஸிட். சுவையான செய்திகள்.

★ பெண்களுக்கு உதவ, ஆலோசனை சொல்ல, சுமைதாங்கியாகவும் விளங்கும் பகுதியாக மேகலா உதவி நிலையம்.

★ கட்டணமின்றி திருமண விளம்பரங்கள்.

★ மாருதியின் அழகான வண்ண ஓவியம்

★ தவிர, மாதாமாதம்



G.R.தங்கமாளிகை

குமரன் சில்க்ஸ்

பட்டர்ஃபிளை®

நிறுவனங்களுடன் இணைந்து

மேகலா

வழங்கும் சுலபமான, சுவையான போட்டிகள்

ரூ.12,000-க்கும் அதிகமான பரிசுகள்.



★ பானுப்ரியா பரிசளிக்கும் பாலியஸ்டர் புடவைகள்.

இன்னும் இன்னும் என

வாசகர்களுக்கு

புத்தாண்டு மற்றும் பொங்கல் வாழ்த்துக்களுடன்

விற்பனையாகிறது.

விலை ரூ. 4

ஜல்லடைக் கிளி

வெளியே அடைமழை. ஏதும் செய்ய முடியவில்லை. போரடிக்கிறது. அப்படித்தானே? சிறிது செலவில் வீட்டை சிங்காரம் செய்யலாம். எப்படி? பார்ப்போமா?

உங்களிடம் கொஞ்சம் ஓட்டையாகிப் போன சல்லடைத் தட்டுகள் இருக்குமே? அவற்றைத் தேடி எடுங்கள். எடுத்து விட்டீர்களா? இல்லையென்றால் புதிய தட்டுக்களை உபயோகிக்கத் தயார் எனில் மகிழ்ச்சியே. மூன்று தட்டுக்கள் போதும். சல்லடைத் தட்டுக்களில் கண்கள் ஒரே அளவில் இருப்பதில்லை. அதில் நெருக்கமான கண்களுள்ள சல்லடைத் தட்டை எடுத்துக் கொள்ளுங்கள். இதில் நீங்கள் அழகான கிளியொன்றை உருவாக்கலாம்.

தேவையான பொருட்கள் :

1. நெருக்கமான கண்களுள்ள சல்லடைத்தட்டு
2. நீலம், கிளிப்பச்சை, இலைப் பச்சை, மஞ்சள், சிவப்பு, ரோஜா அல்லது மெஜந்தா, ஆழ்ந்த பழுப்பு மற்றும் ஆரஞ்சு வர்ண பூத்தையல் நூல்கள் (எம்ப்ராய்டரி நூல்..)
3. சிறிது கற்பனை வளம்
4. நிறைய பொறுமை

முதலில் சல்லடைத்தட்டை கழுவி உலர விடுங்கள். விளிம்புப் பகுதிக்கு (உலோகத்தால் ஆன பகுதி) உங்கள் வரவேற்பறை சுவருக்கு ஏற்ற வர்ணத்தை சிறிய தூரிகையால் பூசி உலரவிடவும்.

படம் 1 இல் தந்துள்ள கிளியின் உருவத்தை சல்லடையில் கார்பன் தாள் உதவி

படம் 1



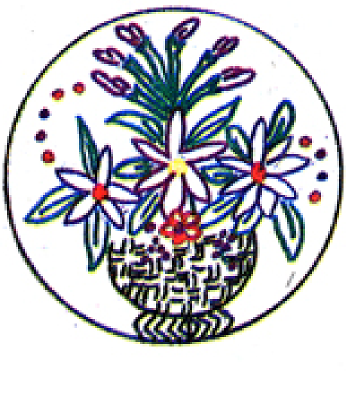
கொண்டு நகல் எடுங்கள். சல்லடையில் படிவது சற்றே தெளிவில்லாமல் தான் இருக்கும். அதை நல்ல வெளிச்சத்தில் க்ரேயான் (Crayan) அல்லது ஐப்ரோ (eye-brow) பென்சில் கொண்டு அழுத்தமாக வரைந்து கொள்ளுங்கள். இனி படம் II ல் காண்பித்தபடி பூக்களை அடைப்புத் தையலால் நிரப்புங்கள். பூக்காம்புகள், இலைக் காம்புகள் இவற்றைத் தைக்க அவற்றுக்கு இணையாக, சற்றே நெருக்கமாக படம் II இல் காட்டியபடி கோடுகள் இட்டுக் கொள்ளுங்கள். இனி இரு கோடுகளையும் இணைத்துக் குட்டியாய் அடைப்புத் தையல் இடுங்கள். இப்போது பூக்களும், இலைகளும் தயார். இனி கிளி.

படம் 2



முதலில் கிளியின் அலகை ஆரஞ்சு அல்லது பவள நிற நூல் கொண்டு அடைப்புத்தையல் இட்டு நிரப்பிக் கொள்ளுங்கள். கிளியின் வெளிவட்டத்தை (out line) ஆறு பிரி நூலையும் அப்படியே கோர்த்துக் கொண்டு சின்ன, சின்னதாய் தையல்கள் போட்டு வாருங்கள். படம் II ல் தைக்கும் விதம் காட்டப்பட்டுள்ளது. இப்படியே சிறகுகளையும் கிளி உடலில் அமைந்துள்ள சின்ன வளைவுகளையும் தைக்க வேண்டும். இனி ஊசியில் நூலை ஒற்றைப் பிரியில் கோர்த்துக் கொண்டு தைக்க வேண்டும். கிளியின் தலையில் அலகுக்கு அருகிலிருந்து ஆரம்பிக்கலாம். கிளியின் அலகுக்கு அருகே ஊசியைக் குத்தி மேற்புறமாக எடுங்கள். இரண்டு அல்லது மூன்று கண்களை விட்டு ஊசியைக் கீழ் நோக்கி குத்தவும். இப்படியே வரிவரியாய்த் தைத்துக் கொண்டு வரவும். சிறகுப் பகுதியுள் ஒரு கண்ணை விட்டு அடுத்த கண்ணில் கோர்த்துக் தைக்க வேண்டும். தைக்கும் விதம் சிறகை ஒட்டியே வளைவாகவே அமைய வேண்டும். (படம் II







MYTHILI'S THE SCHOOL OF BEAUTY CULTURE & HAIRDRESSING

MYTHILI'S BEAUTY CLINIC

14 RAMS BAZAAR, 3, Prakasam Road (Panagal Park North),
T. Nagar, Madras - 600 017. Phone : 882863.

கோவை, ஈரோடு மாவட்டங்களுக்காக சென்னையில் உள்ளது போலவே (மைதிலீஸ் ஹெர்பல் பியூட்டி கிளினிக்) அவர்களது மற்றொரு கிளை அழகு நிலையம் ஈரோட்டில், கரிஷ்மா ப்யூட்டி கிளினிக்.

10 & 11, P.J. Complex, EVN Road,
Opp. Govt. Hospital Erode, Phone : 74066
இணைந்து இயங்குகிறது.

பிரதிமாதம் 1ந் தேதி முதல் 5ந் தேதி வரை



பிரபல அழகுக்கலை நிபுணர் B. மைதிலிபாபு அவர்கள் ஈரோடு விஜயம் செய்து வகுப்புகள் நடத்தி, சிகிச்சைகளும் நேரிடையாகச் செய்கிறார்கள்.

அழகு நிலையம் துவங்க, மற்றும் அழகு சிகிச்சை பெற விரும்புபவர்கள் இந்த அரிய வாய்ப்பைப் பயன்படுத்தி, நேரில் சந்தித்து பயிற்சிகளும் சிகிச்சைகளும் பெறலாம்.

தமிழ்நாட்டிலேயே அதிகமான மாணவிகள் பயிற்சி பெற்று உடனடியாக அழகு நிலையம் துவங்கி, வெற்றிகரமாக நடத்துவது எங்களின் திறமையான பயிற்சிக்கு சிறந்த சான்று.

1. முறைப்படி பயிற்சி பெற்று அழகுகலை நிலையம் துவங்க, கட்டணம் ரூ. 5000. காலம் : 1 மாதம் 60 வகுப்புகள் (இதில் அழகுக் கலை, சிகையலங்காரம், முடி வெட்டுதல் அடங்கும்).

2. அழகுக்கலை மட்டும் பயில ரூ. 1500, சிகையலங்காரம் மட்டும் பயில ரூ. 1500. முடிவெட்டுதல் மட்டும் பயில ரூ. 2500.

3. தன்னைத் தானே அழகுப்படுத்துதல் பற்றிப் பயில ரூ. 1000.

4. ஹெர்பல், கெமிக்கல் கிரீம்கள், ஷாம்பூ போன்ற 20 வகையான Product *கள் தயாரிக்க, கட்டணம் ரூ. 2000. 3 நாட்கள் வகுப்புகள்.*

5. எலெக்ட்ராலிஸிஸ் பயில ரூ. 1800, நறுமண சிகிச்சை முறை பயில, ரூ. 1500. வலியின்றி காதுகுத்த ரூ. 1000. இதுபோல பல அட்வான்ஸ் கோர்ஸ்கள் நடைபெறும்.

மைதிலீஸ் நிறுவனம் மேற்கண்ட சிகிச்சைகளும், ஆலோசனைகளும் அளிக்கின்றார்கள்.

1. வீடியோ மேக்கப், (இயற்கையாக தோற்றம் அளிக்க) கல்யாண பெண்களுக்கு புதுவிதமான தலை அலங்காரம் செய்தல் எங்களது சிறப்பு அம்சம்.

2. முடியை புதுவிதமாக வெட்டுதல், முடிகொட்டுதல், பொடுகு தொல்லை, இளநரையை தடுக்க, முடிக்கு ஹெர்பல் சாயமிடுதல், மைதிலீஸ் பேஷியல், அரோமா, தெர்மோ பேஷியல்ஸ், இயற்கை முறையில் இளைக்க வைத்தல், முகத்தில் உள்ள கருப்பு நிறத்தை மாறச் செய்தல், வலியின்றி குழந்தைகளுக்கும், பெரியவர்களுக்கும் காது குத்துதல், புருவத்தை பெரிதுபடுத்துதல்.

கோவை, பெரியார், சேலம் மாவட்ட மகளிர்களின் வசதிக்காக தினம் வந்து போவது போல எங்களது வகுப்புக்கள். ஈரோட்டில் கீழ்கண்ட விலாசத்தில் இணைந்து வழங்குகின்றது. சிகிச்சைகளும் அளிக்கப்படும். இதில் எங்களது கிளையாக தொடங்கி உள்ளோம்.

பார்க்கவும்) இப்படிக் கிளியின் உருவம் முழுவதும் தைக்க வேண்டும். உருவம் முழுமை பெற்றபின் கிளியின் கண்ணைத் தைக்கவும். புறவளையம் சங்கிலித் தைய லாலும் உள்வளையம் அடைப்புத் தைய லாலும் அமைய வேண்டும். இனி கால் கள், மரக்கிளை இவற்றை ஆழ்ந்த பழுப்பு வண்ணங்களில் அடைப்புத் தையல் இட்டு முடியுங்கள். அழகான கிளி உருவாகி விட்டது.

மீதமுள்ள இருதட்டுகளில் அகலமான கண்களுள்ள தட்டில் அழகான பூங்கொத்து ஒன்றை அமையுங்கள். நீங்கள் இதற்கான மாதிரி தேடி அலைய வேண்டாம். உங்க ளுக்கு வந்த வாழ்த்து அட்டைகளிலேயே கிடைக்கும். இதை அதிக சிரமமில்லாமல் அடைப்புத்தையல் கொண்டே தைத்து விடுங்கள். க்ராஸ் ஸ்டிச் வேண்டாம். அது ஓவிய அழகைத்தராது.

மூன்றாவது சற்றே நெருக்கமான கண்க ளுள்ள தட்டு. இதில் அமைவது துள்ளி ஓடும் புள்ளிமானாக இருக்கட்டுமே. மாவின் உடற்பகுதியை கிளிக்குத் தைத்தது போல் தைக்க வேண்டும். புள்ளிகளை ஆழ்ந்த வண்ணநூல் கொண்டு அடைத்துக் கொள்ளுங்கள், குளம்புகளையும் அப்ப டியே. புற்கள், குட்டிப் பூக்கள் இவற்றைச் சின்ன, சின்ன தையல்கள் மூலம் உருவாக்குங்கள். இப்போது உங்களிடம் மூன்று அழகிய ஓவியத் தட்டுகள் தயார். இவற்றை உங்கள் வரவேற்பறையில் வெளிச்சம் படும் எதிர்ச்சுவரில் படம் III ல் காட்டியபடி அமைக்க வேண்டும். இவற் றைச் சுவரில் அமைக்கும் இடங்களை அடையாளமிட்டுக் கொள்ளுங்கள். பின் ஓவியங்களின் மறுபக்க விளிம்பில் சிறிது பெவிகால் அல்லது அரால்டிஹைடு தடவி ஒட்டவும். சற்று நேரம் அழுத்திப் பிடித்துக் கொள்ளுங்கள். அப்போதுதான் ஒட்டும். நடுவே பூக்கொத்து வரும்படி ஓவியங் களை அமையுங்கள்.

ஓவியங்கள் தவிர பாக்கியுள்ள சல்லடைக் கண்கள் வழியே வெளிச்சம் பட்டு தனி அழகோடு விளங்கும். பொறு மையோடு செய்தது மிகவும் பெருமை தரும் விஷயமாக இருக்கும். பிறகு உங்கள் வீட்டிற்கு வருபவர்கள் என்ன கேட்பார்கள் தெரியுமா? ''ஹை! ரொம்ப அழகா யிருக்கே! எங்கே வாங்கினே?''

அது எப்படி உனக்குத் தெரியும் என்கி றீர்களா? என்னைத்தான் எல்லாரும் இப் படிக் கேட்கிறார்களே!

– சாமளி

வெஜிடபிள் வெள்ளைக்குருமா

தேவையான பொருட்கள் :

உ.கிழங்கு – 2
மற்ற காய்கறிகள் (இங்கிலீஷ்) – 200 கிராம்
தேங்காய் துருவியது – ½ மூடி
தேங்காய்ப்பால் – ½ கப்
கசகசா – 1 டேபிள் ஸ்பூன்
வெங்காயம் – 1 நறுக்கியது
பூண்டு – 4 பல் நறுக்கியது
இஞ்சி – 1 சிறு துண்டு (தோல் சீவியது)
பட்டை + கிராம்பு – தாளிக்க
உப்பு – தேவையானது
பச்சை மிளகாய் சிறியது – 6
தனியா – 1 டேபிள் ஸ்பூன்
எண்ணெய் – 1 டேபிள் ஸ்பூன்
எலுமிச்சம்பழம் – ½ மூடி

செய்முறை :

உ. கிழங்கைத் தனியாக வேக வைத் துத் தோலுரித்து நறுக்கிக் கொள்ளவும். காய்கறிகளை வடிகட்டாத அளவுக்குக் குக்கர் மேல் தட்டில் வைத்து வேக வைக்கவும். உப்பு போடவும். வாணலி யில் சிறிது எண்ணெய் விட்டு இஞ்சி, மிளகாய், தனியா இவைகளை வதக்கி மிக்ஸியில் நன்றாக அரைத்துக் காய்கறி யில் போடவும். தேங்காய் + கசகசா சேர்த்து மிக்ஸியில் நன்றாக அரைத்து அதையும் போடவும். வாணலி யில் எண் ணெய் விட்டு பட்டை + கிராம்பு தாளித்து, வெங்காயம், பூண்டை யும் நன்றாக வதக்கிப் போடவும். நன்றாகக் கொதிக்க விடவும். இறக்கு முன் தேங் காய்ப் பாலை விட்டு ஒரு கொதி வந்த வுடன் இறக்கி வைத்து எலுமிச்சை சாறை ஊற்றவும். கொத்து மல்லித் தழை இருந்தால் மேலே போடவும். இந்தக் குருமா இட்லி, தோசை, ஆப்பம், சப்பாத்தி, பூரி, சாதம் எல்லாவற் றிற்குமே மிகவும் நன்றாக இருக்கும். இதில் கண்டிப்பாய் தக்காளி சேர்க்கக் கூடாது. நிறம் மாறிவிடும்.

– சந்திரா

ஈரோடு கிளை!

கரிஷ்மா ப்யூட்டி கிளினிக்,
10 & 11, P.J. Complex, EVN Road,
Opp. Govt Hospital Erode. Phone : 74066.



Mrs. Kutti



Mrs. Chitra

உரிமையாளர்கள் :

Mrs. Kutti & Mrs. Chitra.
Specialists in
Beauty Hairdressing, Electrolysis, Aroma thermal, Pigment implanting, Ear piercing.

சென்னை :

MYTHILI'S BEAUTY CLINIC,
14, Rams Bazaar, 3,Prakasam Road, (Panagal Park North),
T. Nagar, Madras - 600 017. Phone : 882863.

தமிழ்நாட்டிலும், மலேசியா, சிங்கப்பூர், போன்ற வெளிநாடுகளிலும் மிக அதிகமான அழகுக்கலை நிபுணர்களைக் கொண்டது எங்களது ஒரே நிறுவனம்.
ஹாஸ்டல் வசதி உண்டு. வீடியோ மூலம் வகுப்புகள் நடைபெறும்.

SUNDAY WORKING DAY

எங்களது சென்ற பிரிவில் பயின்ற, உடனே நிலையம் அமைத்த மாணவிகள்.

Karpagambiga's Beauty Clinic,
B. 9, Dr. Sridharan Colony,
M.K. Kaliamman Kovil Street.



* Mrs. Karpagam,
Beauticiann
& Hair Stylist.

* Suba,
Beautician &
Hair Stylist,
Aroma therapy &
Electrolysis,
Cosmetic
Preparations.



Ranjani Beauty Clinic &
Slimming Centre, 18, E.V.R. Nagar
T.V. Kovil, Trichy - 5. Phone : 63458

Gee Gee Herbal Beauty Clinic,
186/20H, Moohambigai Complex,
(Hotel Raj Bhavan Upstairs), Madras - 53.



* Mrs. D. Chandra,
Beautician &
Hair Stylist

* Mrs. Suseela,
Beautician &
Hair Stylist.



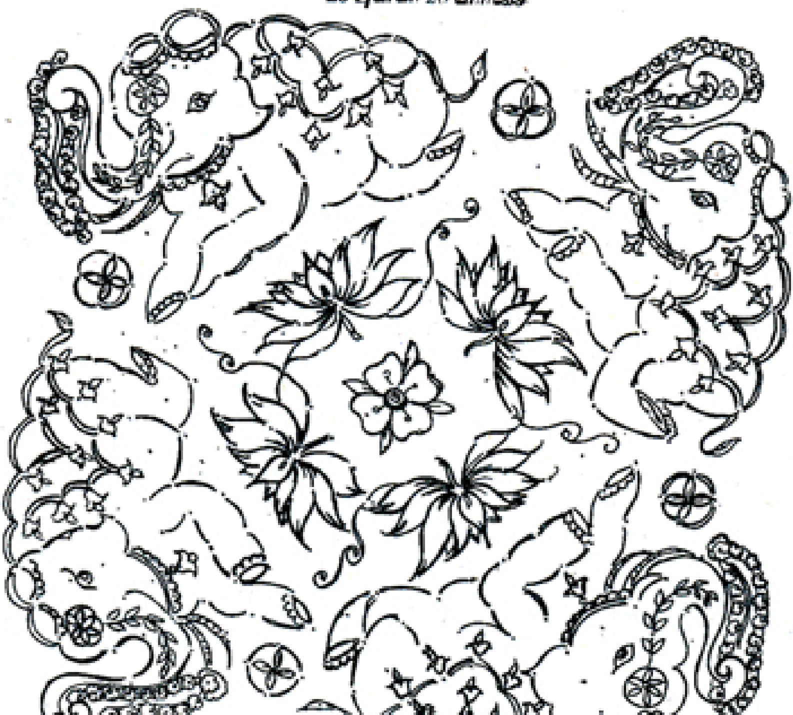
Priyas Herbal Beauty Clinic,
Veda Complex,
Station Road, Pallavaram, Madras.

மைதிலீஸ் ஹெர்பல் ப்யூட்டி கிளினிக்
இது அழகு நிலையங்களின் முன்னோடி! உங்கள் அழகை பராமரிக்கும் கண்ணாடி!

புத்தாண்டு கோலங்கள்

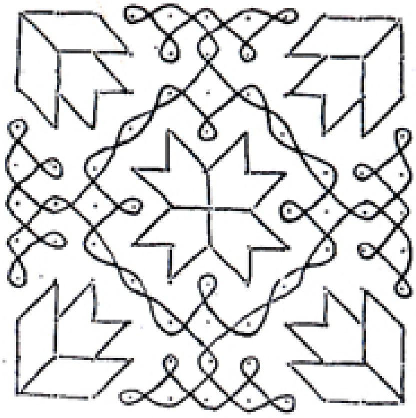


20 புள்ளி 20 வரிசை



25 – 1 நேர்புள்ளி

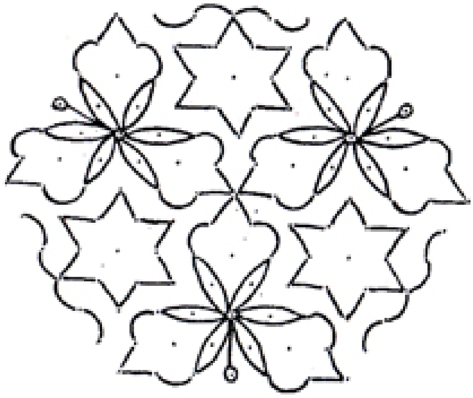
– ப. அகிலா தேவி



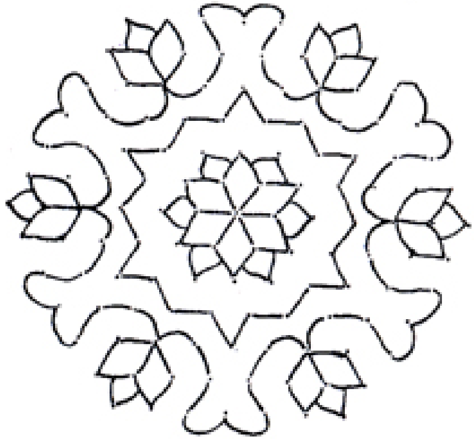
11 புள்ளி 11 வரிசை நேர் புள்ளி



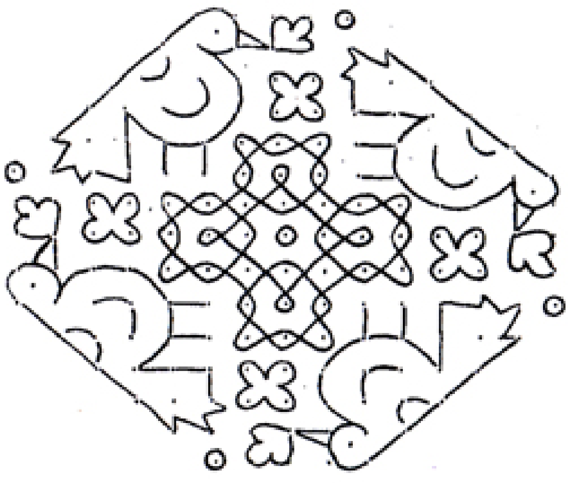
13 புள்ளி 7ல் முடிய இடைப்புள்ளி



13 புள்ளி 7ல் முடிய இடைப்புள்ளி



13 புள்ளி 7ல் முடிய இடைப்புள்ளி



15 புள்ளி 5 வரிசை 5ல் முடிய நேர்புள்ளி



14 புள்ளி 2 வரிசை 2ல் முடிய நேர்புள்ளி

எது வேண்டும்?

புவனா நடராஜன்

முத்துப் பேட்டைக்கு ரயில் வந்த போது மணி ஒன்பது. 8.40க்கு வர வேண்டியது. இருபது நிமிடம் லேட். வழியில், எங்கே, என்னவாயிற்று யாருக்குத் தெரியும்? எந்த ரயில் என்றைக்குச் சரியான நேரத்துக்கு வருது? பெருகவாழ்ந்தாவிலிருந்து 7.20 பஸ் பிடித்து, ஊருக்கு முன்னாடி பெட்டி, படுக்கையை எடுத்துக் கொண்டு ஸ்டேஷனுக்கு வந்து விட்டோம். அடுத்த பஸ் வருமோ வராதோ, கும்பல் எப்படியிருக்குமோ என்று முன்னேற்பாடாக ஆறு மணிக்கே நாலு தோசையும், ஒரு பிடி தயிர் சாதமும் சாப்பிட்டு விட்டு, வீட்டை விட்டு ஆறே முக்காலுக்கே கிளம்பி விட்டோம்.

ஆறுமுகம்தான் பஸ் ஸ்டாண்டு வரை வந்து சாமான்களை வண்டியில் ஏற்றி விட்டான். மச்சினர் வீட்டில் இருந்தால், தம்பி, தம்பி பெண்டாட்டி, குழந்தைகளை, காரில் பெட்ரோல் செலவழித்து ஸ்டேஷனில் கொண்டு விட வேண்டி வருமே என்று, மத்தியானமே, 'வேலை இருக்கு, அடுத்த தடவை வரும் போது பார்க்கலாம்' என்று சொல்லி விட்டு, வெளியே எங்கோ போய் விட்டார். எத்தனை உறவானாலும், எத்தனை காரானாலும் நமக்குப் பிரயோசனமில்லை. இவர் முகம் வாடியிருந்தது.

ஸ்டேஷன் சுத்தமாக இருந்தது. இரண்டு அரச மரங்களும், ஒரு வேப்ப மரமும் இருந்தன. சின்ன ஊராதலால் அதிகக் கூட்டம் இல்லை. பல தெரிந்த முகங்கள் தென்பட்டன. திறந்தவெளி. அருமையான காற்று ஜிலுஜிலுவென்று அள்ளி வீசி, உடல் மனச் சிற்றத்தை ஒருங்கே தணித்தது. மனம் சற்றே அடங்கி நிதானப் பட்டது.

பத்து வருடங்கள் கழித்து, வயதான மாமியார், மச்சினர் குடும்பங் களைப் பார்த்து வரலாமே, நமக்கு உறவு சரியில்லா விட்டாலும், பின்னால் நம் குழந்தைகளுக்குப் பெரியப்பா, அத்தை என்று ஒரு பிடிப்பு வேண்டுமே என்று வந்தால் லெட்டர் போட்டிருந்தும் ஒருவரும் ஸ்டேஷனுக்கு வரவில்லை. மச்சினர் வீட்டிலும் அதிகம் பேசவுமில்லை. அண்ணன், தம்பி பந்த பாசத்தைக் காட்டிலும் சொத்து ஆசை அதிகமாக இருந்தது.

''என்ன உங்க அண்ணா உங்களை அழைக்க வரவும் இல்லை. உங்களுடன் பேச வேண்டியதைப் போலவும் இல்லை. இத்தனை வருடங்கள் கழித்து வந்திருக்கிறீர்கள். ஒருவேளை கூட உட்கார்ந்து சாப்பிடக் கூட இல்லையே'' என்றேன். இவரிடம் பதிலே இல்லை.

''என்ன கேட்கிறேன், பதிலே இல்லியே?''

அப்பவும் பதில் இல்லை.

ஆத்திரமாக வந்தது எனக்கு. பொம்மனாட்டி ஜென்மம் என்றால் அத்தனை அலட்சியம். அதுவும் கிராமத்துப் பக்க ஆண்களுக்கு என்றால் ரொம்பவே அலட்சியம். தன் அண்ணாவை விட்டுக் கொடுத்து ஒரு வார்த்தை சொல்லக் கூடாதாம். இருக்கட்டுமே. ஆனால் மனசுக்குள்ளே அவர் வருத்தப்பட்டுக் கொண்டிருந்தது முகத்தில் பிரத்யட்சமாகத் தெரிந்தது. பாவமாக இருந்தது. என் மனம் நெகிழ்ந்து விட்டது. ஆனாலும் எல்லா விஷயத்திலும் பொறுமை ஜாஸ்தி. நானும் குத்தினால்... அது சரியில்லை. எங்கே போவார்.... பேசாமல் அத்துடன் விட்டு விட்டேன்.

ஒரு காலத்தில் முத்துப்பேட்டையில் அறிமுகமான இரண்டு நண்பர்கள் வந்து சேர்ந்தனர். ஆள் ஒருவன் வந்து ஸ்டேஷன் மாஸ்டர் அறைக்கு எதிரில் இருந்த வெண்கல தட்டுப் போன்ற மணியை கத்தியால் அடித்தான். ஸ்டேஷன் மாஸ்டரும் யார், யாருடனோ

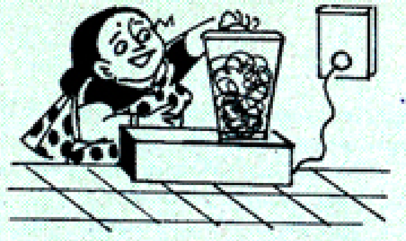


பேசிக் கொண்டிருந்தவர் வெளியே வந்தார். ரயில் மெள்ள ஸ்டேஷனுக்குள் நுழைந்தது.

நாங்கள் ஏறியப் பகுதியிலேயே ஒரு சிறிய குடும்பமும் ஏறியது. கணவன், மனைவி, பன்னிரண்டு வயது இருக்கும் ஒரு பிள்ளை இவர்கள் மட்டுமே. நல்ல காலம் நசநசவென்று அதிக சாமான்கள் இல்லை. இவர், எழுந்து நண்பருடன் பேசப் போய் விட்டார். எதிரில் இருந்த பெண்மணி வசதியாக உட்கார்ந்து கொண்டாள்.

அருமையான சிங்கப்பூர் நைலக்ஸ், லேட்டஸ்ட் புடைவை கட்டியிருந்தாள். ஆனால் அழகாக நாசூக்காக உடுத்தவில்லை. ஒரு பாங்கு இல்லாமல், அழகு இல்லாமல் ஏதோ மேலும் கீழுமாக உடுத்தியிருந்தாள். வலது கை நிறைய தங்க வளையல்கள் ஜொலித்தன. இடது கையில் ஃபிடிஜன் வாட்ச். ரொம்ப விலை இருக்கும் போலிருந்தது. அவள் கணவர் சுத்தமாக 'சிக்'காக ஓங்கி உடுத்தி, நல்ல நீல கலரில் சுத்தமான ஆடை உடுத்தியிருந்தார்.

பிள்ளையாண்டான் அருமையான பாண்ட், ஷர்ட், பவர் ஷூ சகிதமாக, கறுப்பாக இருந்தாலும், களையாக சிரித்த முகமாக இருந்தான். எனக்கென்னவோ 'சட்' டென்று அந்தப் பிள்ளையைப் பிடித்துப் போய் விட்டது. கொழுகொழுவென்ற



மல்லி விதைகளை, அதாவது தனியாவைக் கடையிலிருந்து வாங்கிவந்தவுடன் அதைச் சுத்தப் படுத்தி ஒரு வாணலியில் போட்டு சிறிதளவு நெய் விட்டு வறுத்துக் கொள்ளவும். இதனை மிக்ஸியில் போட்டு நன்றாகப் பொடியாக்கிக் கொள்ளலாம். சாம்பார் நன்கு கொதித்து வரும்போது இந்தப் பொடியை அதில் தூவி இறக்கி வைத்து விட்டால் சாம்பார் அதிக ருசியுடனும் மணத்துடனும் இருக்கும்.

- ஆர். அஜிதா

கன்னங்களும், வண்டு போன்ற கருமையான கண்களும், என் தாய்மை உணர்வில் ஒரு தனிக் கவர்ச்சியை, பாசத்தை உண்டு பண்ணியது.

நான் அந்தப் பிள்ளையைப் பார்த்து மெல்ல சிரித்தேன். அவன் பதிலுக்குச் சிரிக்கலாமா கூடாதா என்று தடுமாறிய எண்ண ஓட்டத்தோடு தாயைப் பார்த்துச் சிரித்தான். அந்த இளம் பெண்மணிக்கு அதிகம் வயதிருக்காது. முப்பத்தைந்து இருக்கலாம். ஸ்நேக பாவத்தோடு சட்டென்று என்னைப் பார்த்துப் பளீரென்று சிரித்தாள்.

எனக்கு மகிழ்ச்சியாக இருந்தது. நானும் மெள்ள சிரித்தேன். கைப் பையைத் திறந்து நாலு சாக்லேட்டுகளை எடுத்து என்னிடம் நீட்டினாள். எனக்கு வாங்க தயக்கம்.

"பரவாயில்லை எடுத்துக்கங்க. வெளிநாட்டு சாக்லேட். ரொம்ப ருசியாக இருக்கும். ம்... வாங்கிக்கங்க..." என்றாள்.

நான் கை நீட்டியபடி, "என்ன சிங்கப்பூரா உங்களுக்கு?" என்றேன். எனக்குப் பேசப் பிடிக்கும்!

மெல்ல சிரித்தபடி, "இல்லை மலேஷியா..." என்றாள்.

"எங்கே... இந்தப் பக்கம்?" என்று வினவினேன்.

"முத்துப்பேட்டைதான் எனக்கு ஊர். இருக்கறது இங்கதான். இவரு மலேஷியாவில் பிஸினஸ் செய்கிறார். இது என் பையன்... அங்கதான் படிக்கிறான். இவர்கள்லாம் அங்கதான் இருக்காங்க..."

"அப்ப நீங்க....?"

அவள் முகம் சட்டென்று வாடி விட்டது.

கணவனைக் கடைக்கண் வழியாகப் பார்த்தபடியே, "நான் இங்கே தனியாத் தான் இருக்கிறேங்க..." குரல் இறங்கி நெகிழ்ந்து போய் விட்டது.

கணவனையும், பிள்ளையையும் விட்டுத் தனித்திருக்கிற வாழ்க்கையில் புரையோடியிருந்த அளவில்லாத ஆழத்தில் புதைந்து கிடந்த துயரம், தயங்கித் தயங்கி சற்றே வெளி வந்து பின்னர் பயத்தில் துக்கத்தில் அப்படியே ஆழத்தில், ஆழத்தில் போய் தடுமாறியது.

"தனியாகவா...? அது எப்படி முடியும்?" நான் திடுக்கிட்ட குரலில் கேட்டேன்.

"எப்படியோ? அவரு பிஸினஸ் மலேஷியாவிலே, பிள்ளைக்கு எதிர்காலம் ஒண்ணு வேணாங்களா, அவன் அங்கே படிக்கிறான்."

"உங்களை விட்டுட்டு எப்படி இருக்கான்?"

"இருக்கிறானே..." பிள்ளையின் மழமழவென்ற கைகளை மடியில் எடுத்து வைத்துக் கொண்டு அருமையாக, வாஞ்சையுடன் தடவிக் கொடுத்தாள். "படிப்பு முக்கியம் இல்லீங்களா?"

"இந்தியாவில் இல்லாத படிப்பா?"

"அது என்னவோ சரிதான்" திரும்பவும் கணவனைப் பார்த்தபடியே "அவரு அங்க படிக்க வைச்சா, அப்படியே பிஸினஸ் பார்க்கவும் சௌகரியம்னு நினைக்கிறாரு. இதிலே நான் என்ன சொல்ல முடியும்?"

"ஏன், நீங்க சொல்ல முடியாது. உங்களுக்கு உரிமையில்லையா?" இது மாதிரி கேள்வி சற்று முன்னரே அறிமுகமான குடும்பத்தினரிடம் கேட்பது முறையா, இல்லையா என்று சற்றும் யோசிக்காமலேயே நான் பாட்டுக்கு ஏதோ பெண்கள் உரிமை சங்கத்துக்காக பேட்டி காண்கின்ற நிருபர் போல கேட்டுக் கொண்டே இருந்தேன். அதிலிருந்த நியாயம், தவறு இது பற்றி அப்போது சற்றும் யோசிக்கவே இல்லை.

"சரி பிள்ளை அங்கே படிக்கட்டும்... நீங்க ஏன் இங்கே தனியா இருக்கணும். நீங்களும் அங்கே போக வேண்டியது தானே?"

"தனி என்ன? இங்க குடும்பம் இருக்கு இல்ல?"

"இங்கே குடும்பமா...?" நான் சற்றே திகைத்தேன். சற்றே பேசாமலிருந்தேன்.

"ஆமாம் இங்க பொண்ணு இருக்கிறாளே?"

"ஓ! பொண்ணு இருக்கிறாளா? அப்ப சரி... என்ன பண்றா?"

"இப்பத்தான் கல்யாணம் பண்ணிக் கொடுத்தோம். சின்ன வயசுதான்... உங்களைப் போல சிவந்த நிறமா, ஒல்லியா சின்னவளா இருப்பா..." குரலில் பெருமிதம் தெரிந்தது.

நாற்பத்தைந்து வயதான என்னை இவ்விதம் வர்ணித்ததில் என் மனம் சட்டென்று

குளிர்ந்தது. என்னையுமறியாமல் வாயெல்லாம் பல்லாயிற்று. என் பக்கத்தில் இருந்த இருபது வயதான பிள்ளையைத் திரும்பிப் பார்த்தேன். அவன் நமுட்டுச் சிரிப்பு சிரித்து விட்டு முகத்தைத் திருப்பிக் கொண்டு வேறெங்கோ பார்த்தான்.

''உங்கள்ள வரதட்சணையெல்லாம் உண்டா?'' அவள் மேலே தொடர்ந்தாள்.

''உண்டு. இப்பல்லாம் ரொம்ப பேர் சங்கராச்சாரியாருக்காக வரதட்சணை வாங்கறதில்லை என்கிறாங்க. சில பேர் மறைவா வாங்கறாங்க. ஆனால் முன்னை மாதிரி கொடுமை பொதுவா இல்லைன்னு சொல்லலாம். உங்க பொண்ணுக்கு வரதட்சணைக் கொடுத்தீங்களா?''

''ஆங்... 120 பவுன் தங்கம்.... கட்டில்... பீரோ, முப்பது புடவை, மாப்பிள்ளைக்கு லாரட், வைர மோதிரம், சங்கிலி, பொண்ணுக்கு மேக்கப் செட், அது தவிர இன்னும் எத்தனியோ சாமான்கள் எல்லாம் சிங்கப்பூர்...'' கள்ளங் கபடமில்லாமல் முன்பின் தெரியாத என்னிடம் உள்ளதை உள்ளபடியே சொல்லிக் கொண்டே போனாள்.

''சிங்கப்பூரிலே எங்க அக்கா வூட்டுக்காரரு இருக்காரு அங்கிருந்தே நிறைய சாமானுக...''

எனக்கு ஒரே ஆவல்... மாப்பிள்ளை அப்படி என்ன செய்றாரோ?

''மாப்பிள்ளை என்ன செய்கிறார்?''

''அவரு மலேசியாலே இருக்காரு. கம்ப்யூட்டர் படிச்சிட்டு நல்ல வேலையிலே இருக்காரு...''

''அது இருக்கட்டும், பொண்ணு மாப்பிள்ளையோட மலேசியாக்கு போயிட்டாளோ இல்லையோ, அப்ப திரும்பவும் நீங்க தனியாத்தானே இருக்கீங்க...?

அவள் குரல் சட்டென்று தடுமாறிற்று. கணவனைப் பார்த்தாள். தொண்டையிலிருந்த எச்சிலை சிரமப்பட்டு முழுங்கினாள்.

''ஆமாங்க தனிதான். என்ன செய்யறது? இவரும், இந்தப் பிள்ளையும் நாளைக்கு மெட்ராஸ் போய் அங்கிருந்து மலேசியா போயிடுவாங்க. அப்புறம் எப்ப வருவாங்களோ தெரியாது. குழந்தையை விட்டுட்டு இருக்கணுமேன்னு இருக்கு...'' பிள்ளையை இழுத்து அணைத்துக் கொண்டாள். முகத்தை, தலைமயிரை, வாஞ்சையுடன் திரும்பத் திரும்ப தடவிக் கொடுத்தபடியே இருந்தாள். அந்தப் பிள்ளையும் அம்மாவை இறுகக் கட்டிக் கொண்டு, தாயின் கன்னத்தில் ஒரு முத்தம் கொடுத்தான்.

இந்த அன்பின் பிணைப்பைக் கண்டு உருகிப் போய் உட்கார்ந்திருந்தேன். அவளுடைய கணவர் அதிகம் பேசாமல் சிறு புன்னகையுடன் உட்கார்ந்திருந்தார்.

''பெண் மாப்பிள்ளை வீட்டுக்கு மலேசியாக்கு போயிட்டாளா?''

''இல்லியே. கல்யாணம் கட்டிக் கொஞ்ச நாள் கழிச்சி மாப்பிள்ளை மட்டும் மலேசியா போனார். பொண்ணை மாமியாரு வீட்டிலே கொண்டு விட்டு வந்திருக்கோம்.''

''பொண்ணுக்கு என்ன வயசு?''

''பதினெட்டு வயசுதாங்க...'' நான் திகைத்தேன்.

''ஏன் போகல்லை?'' நான் அதிசயத்துடன் வினவினேன்.

''மாப்பிள்ளைக்கு வேலை நிறைய இருக்கும். நிறைய சம்பாரிக்க வேணாமா? அங்கெல்லாம் எங்க ஜாதியில் பெண்களை கூட்டிக்கிட்டு போகலாமோ கூடாதோ, அது என்னமோ போங்க, எங்கள்ள எல்லாம் தனித்தனிதான். என்னத்தை சொல்றது. அது மாமியார் வூட்டிலே இருக்கு. பணம் லட்சம் லட்சமா இருக்கு. வரதட்சணை ஏகமா கொடுக்கணும். பிஸினஸ் தான் முக்கியங்க. என்னமோ எங்க வீடுகள்ள அப்படி...'' சிரித்தபடியே பெருமூச்சு விட்டாள்.

நான் அந்த அன்பரைப் பார்த்து மெள்ள நட்புடன் சிரித்தபடியே, ''என்ன உங்க மனைவியை இப்படித் தவிக்க விட்டுட்டீங்க. ஏங்கிப் போறாங்களே. இப்பத்தான் பொண்ணு கல்யாணம் முடிஞ்சு போச்சே, அழைச்சிட்டு போயிடுங்க.. இது என்ன.. ஒவ்வொருத்தர் ஒவ்வொரு இடத்திலே, மனசிலே சந்தோஷம் வேண்டாமா?'' என்றேன்.

அவரோ மலர்ந்த முகத்துடன் மெல்ல சிரித்து, பணிவாக, அன்புடன் தலையசைத்தார். ஒன்றுமே பேசவில்லை. புதிய பெண்மணியிடம் மரியாதையுடன் நடந்து கொள்வதற்கு மேலே ஒன்றுமில்லை. அவர் ஆழ

மிளகாய்ப் பொடி செய்யும்பொருட்டு நாம் வறுக்க வேண்டியது அவசியமல்லவா? அப்போது மற்ற எல்லா எண்ணெயைவிடத் தேங்காய் எண்ணெயில் வறுத்தால் அந்த மிளகாய்ப் பொடி நீண்ட நாட்களுக்குக் கெடாமல் இருக்கும். அத்துடன் நிறமும் மாறாமல் இருக்கும்.

- ஆர். அஜிதா



மும், அழுத்தமும், பிடிவாதமும் நிறைந்தவராக எனக்குத் தோன்றியது.

''மலேஷியா, சிங்கப்பூர் இதுவரை எத்தனை தடவை போயிருக்கீங்க? நான் சிங்கப்பூர் பைத்தியம்.'' அவள் எத்தனை தடவை போனாளோ, என்னென்ன சாமான்கள் வாங்கி வந்தாளோ, தெரிந்து கொள்ள ஒரே ஆவல்!

முகம் சட்டென்று விழுந்து விட்டது. சிரிப்பு மறைந்து விட்டது. ''போனதேயில்லை... நீங்க போயிருக்கீங்களா?''

''ஹாங்... போன வருடம் நானும், இவரும் சிங்கப்பூர், மலேஷியா, பட்டாயா பீச், பாங்காக் எல்லா இடமும் பன்னிரண்டு நாள் போனோம். எனக்கு எல்லா இடமும் ரொம்பப் பிடித்தது. சிங்கப்பூரை அப்படியே பார்த்துண்டே இருக்கலாம் போல இருந்தது. சாமான்கள் எல்லாம் கொள்ளை மலிவாச்சே. எங்கிட்ட டாலர் அதிகம் இல்லே. அதனாலே சாமான் ரொம்ப வாங்க முடியல்லேன்னு எனக்கு ரொம்பக் குறை. அடேயப்பா என்ன லைட்டுகள், என்ன கடைகள், என்ன சாமான்கள் எல்லா சாமான்களையும் வாங்கிட மாட்டோமான்னு ஒரே ஆசை, என்ன பண்றது டாலர் இல்லை... சிங்கப்பூர் மலேஷியா எனக்கு ரொம்ப ரொம்ப பிடிச்சது...''

''எனக்குப் பிடிக்கவே பிடிக்காதுங்க'' என்றாள் சட்டென்று. குரலில் மிதமிஞ்சின வெறுப்பும், சலிப்பும், ஏக்கமும் வெளிப்பட்டன. யாருக்கு வேணுங்க சாமான்கள்? அடிக் கண்களால் கணவரைப் பார்த்தாள்.

அவருடைய சிவந்த முகம் சற்றே கறுத்தது. சிரிப்பு மறைந்தது.

பளீரென்று சாட்டையாய் மேலே வீசிய குளிர்காற்றிலிருந்து பாதுகாக்கவோ, தன் தாபத்தையும், ஏக்கத்தையும் குறைக்கவோ, மறைக்கவோ, என்னவோ, பிள்ளையைத் தன்னுடன் இழுத்து இறுக்க அணைத்துக் கொண்டு திரும்பத் திரும்ப முத்தம் கொடுத்தாள்.

''நீங்க சிங்கப்பூர் போனீங்க. மகிழ்ச்சியா இருந்தீங்க. சாமான் வாங்க முடியல்லேன்னு குறை... நான் ஒரு இடமும் போகல்லே, ஆனா போகாமலேயே என்னிடம் சிங்கப்பூர் தங்கத்திலேருந்து ஒரு சாமான் விடாம என் வீடு பூரா அவ்வளவும் நெறைஞ்சு கிடக்கு. ஆனா... ஆனா... மனசு... நாளைக்குப் பிள்ளையும் இவரும் பிளேனிலே மலேஷியா போயிடுவாங்க. நான் வீடு நிறைய விலை ஒசந்த சிங்கப்பூர் சாமான்களோட தனியா... தன்னந்தனியா... ஏதோ கடையிலே ஒக்காந்திருக்கிறாப் போல, ஏதோ மியூஸியத்திலே இருக்கறாப்போலே தனியா சமைச்சு சாப்பிட்டு, திரும்ப இவங்களை பார்க்கறதுக்காக, ஒரு அன்பு வார்த்தைக்காக ஏங்கி ஏங்கி தவிச்சுக்கிட்ட உசிரை வெச்சிக்கிட்டு இருக்கணும். எல்லாம் இருந்தும், ஒன்றுமே இல்லாத இந்தத் தனிமை... பணத்துக்காக, வேணுங்களா...? வீடு நெறைஞ்சிருக்கு, மனசு நிறைய வேணாமா? சாமான் யாருக்கு வேணுங்க...'' அப்படியே உடைந்து போய் விட்டாள்.

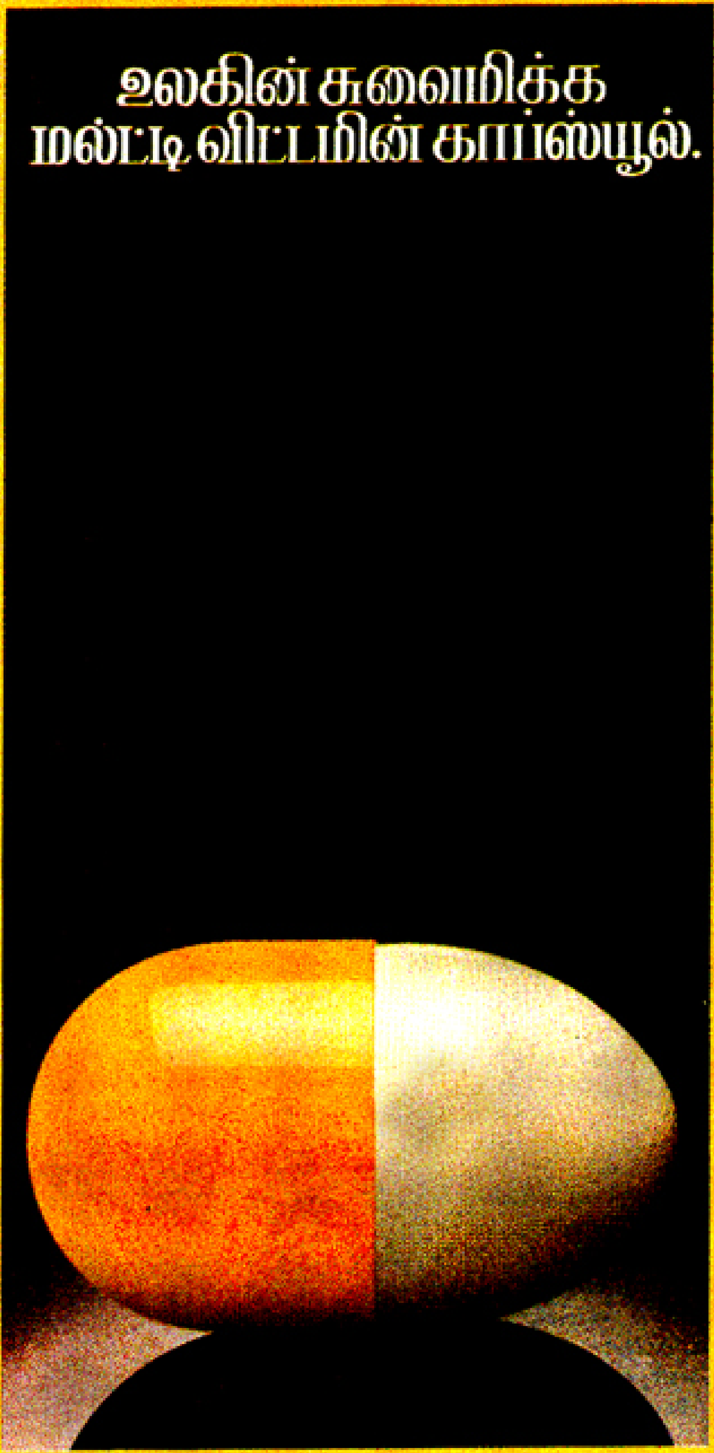
சிங்கப்பூரில் சாமான் நிறைய வாங்க முடியல்லையே, என்ற கோபத்தில், டாலருக்கு அரேன்ஜ் பண்ணலை; சமர்த்து போதாதுன்னு, இவரோட சாமான்யமா சண்டை போடல்லை நான். இவரைக் குற்றவாளிக் கூண்டில் நிறுத்தி ஒரு வாரம் பேசக் கூட இல்லை.

நான் பேசவில்லையே, கோபமாக இருக்கிறேனே என்று இவர் தவித்த தவிப்பும், என்னை சமாதானப்படுத்த ஒரு வாரம் பட்ட பாடும்... எனக்கு மனசை என்னவோ செய்தது. குற்றவாளி நான் அல்லவா. விலை மதிப்பில்லாத உயர்ந்த குணமுள்ள கணவரையும் அன்பே உருவான குழந்தைகளையும் பெற்றும், எதன் பின்னோ ஓடிக் கொண்டிருக்கிறேனே!

சீரகம், சிறிது மிளகு, சுண்டைக்காய் வற்றல், சிறிது சுக்கு, பெருங்காயம் இவற்றை வெறும் வாணலியில் வறுத்துப் பொடி செய்து உப்புப் போட்டுக் கலந்து டப்பாவில் வைத்துக் கொண்டால் தேவையானபோது சூடான சாதத்தில் சிறிது எண்ணெயும், நெய்யும் ஊற்றிப் பிசைந்து சாப்பிடலாம். வயிற்றுவலி, வயிற்றுப் பொருமல், வாயுத் தொல்லை நீங்கும்.

– ஆர். ஜானகி





முட்டை— அன்றாடம் உணவிலே அத்தியாவசியமான வைட்டமின்களைப் பெற அபாரமான வழி.

இதிலே, நோய் எதிர்ப்புச் சக்தியை தரவல்ல வைட்டமின் 'ஏ' நல்ல ஜீரண சக்திக்கு அவசியமான வைட்டமின் 'பி' சத்துக்களின் அனைத்து வகைகள் மற்றும் வலுவான எலும்புகளுக்கு வைட்டமின் 'டி' செறிந்துள்ளன.

உங்கள் தேய்ந்துபோன திசுக்களைப் புதுப்பிக்கவும், உங்கள் கண்மணி சரிவர வளர்வதற்கும் அவசியமான புரதச் சத்து



அவித்த முட்டை : [illegible] S. No. 599/AB [illegible] -411 037.

முட்டையிலே செறிந்துள்ளது.

தவிர ஆரோக்கியமான இரத்தத் திற்கும், சுறுசுறுப்பாக செயல்படவும் அவசியமான இரும்புச்சத்தும், ஃபாஸ் ஃபரஸும் நிறைந்துள்ளது.

அன்றாடம் ஒரு முட்டை உண்பீர், இந்த மல்ட்டி விட்டமின் காப்ஸ்யூல் செய்யும் அற்புதத்தை அறிந்து கொள்வீர்.

எந்த நாளும் சிறந்தது.
முட்டை உண்ண உகந்தது.

NECC

நேஷனல் எக்
கோ-ஆர்டினேஷன் கமிட்டி

Enterprise/NECC/89 Tm

"இப்போட்டியில் வென்றால் என்னுடன் இணைந்து நடிக்கலாம்!"

வெற்றிக்குத் தேவை : அழகான லெ ஸ்டைல் கூந்தல்

"நான் நடிக்கும் புதிய லெ ஸ்டைல் ஷாம்பூ படம் சூப்பர் ஹிட் ஆகப்போவது நிச்சயம். அந்த படத்துக்கு இப்போ தேவையெல்லாம் என் கூட நடிக்கிறதுக்கு அழகான ஒரு பொண்ணு. அழகா இருக்கணும். பாத்தாலே ஒரு நட்சத்திர தகுதி தெரியணும். குறிப்பா ஆளை அசத்துற மாதிரி கூந்தல் இருக்கணும். நீளமாவோ, குட்டையாவோ, மென்மையாவோ எப்படி இருந்தாலும் சரி. ஆளை அசத்தறது முக்கியம்.

அதுனால இப்பவே இந்த போட்டியில கலந்துக்குங்க. உங்க கூந்தலுக்கு ஸ்பெஷலா ஏதாவது செய்யணும்னா புதிய லெ ஸ்டைல் கண்டிஷனிங் ஷாம்பூ போடுங்க"

புதிய லெ ஸ்டைல் கண்டிஷனிங் ஷாம்பூ, உங்கள் கூந்தலிலும், தோற்றத்திலும் அழகிய மாற்றம்.

அறிமுகம் லெ ஸ்டைல் ஷாம்பூ, விசேஷ கண்டிஷனர்களுடன் கூடிய இதமான ஷாம்பூக்கள் வரிசை. லெ ஸ்டைல் உங்கள் கூந்தலை சுத்தமாக்குவதோடு உங்கள் கூந்தலிலும், தோற்றத்திலும் அழகிய மாற்றம் ஏற்படுத்துகிறது.

உங்களுக்கு பொருத்தமான புதிய லெ ஸ்டைல் கண்டிஷனிங் ஷாம்பூவை தேர்ந்தெடுங்கள்.

லெ ஸ்டைல் ஹெர்பல் கண்டிஷனிங் ஷாம்பூ

இது நீண்ட கருங்கூந்தலுக்கு பளபளப்பை அளித்து மூலிகை நறுமணம் திகழச்செய்யும்.

லெ ஸ்டைல் ஜாஸ்மின் கண்டிஷனிங் ஷாம்பூ

இது கூந்தலுக்கு மென்மையளித்து, மல்லிகை மணம் திகழச் செய்யும்.

லெ ஸ்டைல் ஸில்க் டச் கண்டிஷனிங் ஷாம்பூ

இது கூந்தலை பட்டுப்போலாக்கி புதுமை மணம் திகழச்செய்யும்.

புதிய லெ ஸ்டைல் பயன்படுத்தி அது தரும் அழகிய மாற்றத்தில் பரவசம் அடையுங்கள்.

உங்களில் மறைந்திருக்கும் நட்சத்திரத்தை கண்டுபிடியுங்கள்.

லெ ஸ்டைல் நட்சத்திரப் படைப்புப் போட்டியில் கலந்து கொள்ளுங்கள்.

போட்டி விபரங்கள் :

இப்போட்டியில் கலந்து கொள்ள நீங்கள் செய்ய வேண்டியதெல்லாம் இதுதான்.

- உங்களின் அழகிய கூந்தலை வெளிப்படுத்தும் ஒரு மிகச்சிறந்த புகைப்படம்.
- ஒரு காலி ஷாம்பூ பாக்கெட்.
- பத்து வார்த்தைகளுக்கு மிகாமல் பூர்த்தி செய்யப்பட்ட கீழ்காணும் போட்டி வாக்கியம்.

"லெ ஸ்டைல் பயன்படுத்தியவுடன் ஒரு அழகிய மாற்றத்தை உணர்ந்தேன். ஏனெனில் அது ...."

இவையனைத்தையும் எங்களுக்கு தபால் பெட்டி 3321, சென்னை-34 என்ற முகவரியில் 15-1-1993க்குள் கிடைக்குமாறு அனுப்பவும். இதற்கென்ற தனி நுழைவுத்தாள் கிடையாது.

சூப்பர் பரிசுகள் :

- போட்டியில் வெற்றி பெறுபவர் லெ ஸ்டைல் கண்டிஷனிங் ஷாம்பூ விளம்பர படத்தில் பிரசாந்த் ஜோடியாக நடிப்பார்.
- 2வது பரிசு : புதிய லெ ஸ்டைல் பட ஷூட்டிங் காணும் வாய்ப்பு. அன்று எங்களின் விருந்தாளியாக பிரசாந்துடன் மதிய உணவு அருந்தும் வாய்ப்பு. அத்துடன் ஒரு விசேஷ சிறப்பு பரிசு போனஸாக.
- 3வது பரிசு (50) : ஒரு அழகிய வேனிட்டி கேஸ்.

வாக்கியப் போட்டி :

- மாதமிருமுறை ஒரு மிகச்சிறந்த வாக்கியத்துக்கு ஆச்சரியமூட்டும் விசேஷ பரிசு.
- மேலும் 250 சூப்பர் வாக்கியங்களுக்கு பிரசாந்த் எழுதும் கடிதத்துடன் கூடிய அழகிய தோல் பை.

போட்டி வாக்கியம் :

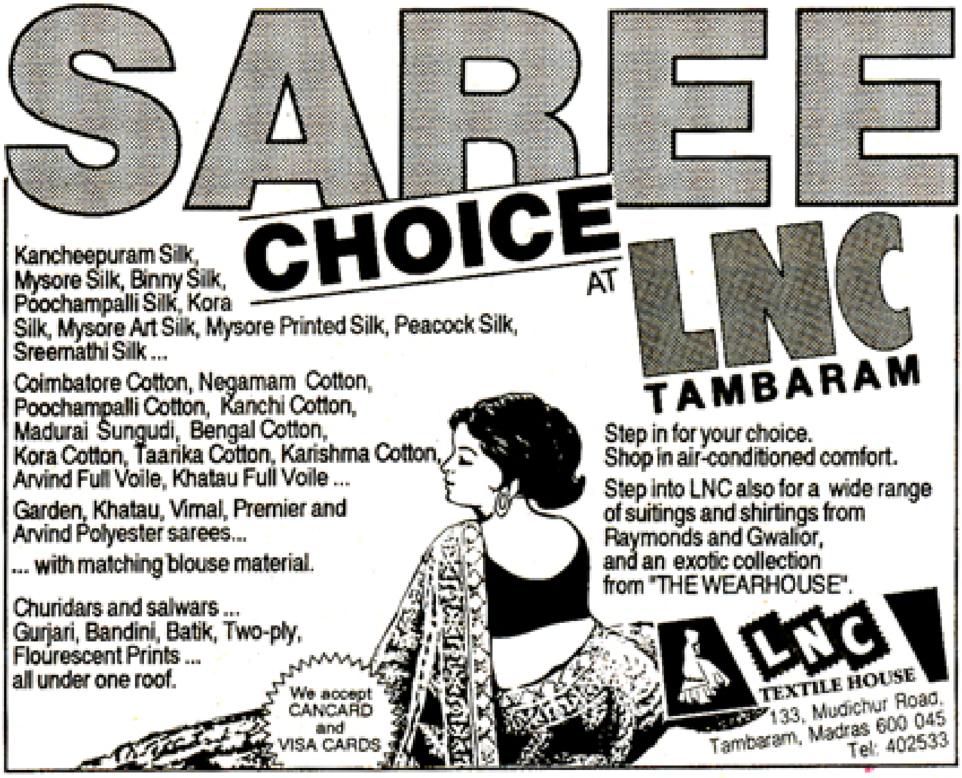
லெ ஸ்டைல் பயன்படுத்தியவுடன் ஒரு அழகிய மாற்றத்தை உணர்ந்தேன். ஏனெனில் அது ...."

விதிமுறைகள் : • பிரசாந்த் மற்றும் நடுவர்களின் தீர்ப்பே இறுதியானது • சரியாக நிரப்பப்படாத படிவங்கள் நிராகரிக்கப்படும் • தபாலில் ஏற்படும் தாமதத்திற்கோ, படிவம் எங்களுக்கு கிடைக்காமல் போனாலோ லெ ஸ்டைல் பொறுப்பாகாது • ஒருவரே பல படிவங்கள் அனுப்பலாம் • லெ ஸ்டைல் மற்றும் அதன் விளம்பர கம்பெனியான ஹெச் டி ஏ. நிறுவனங்களில் வேலை செய்வோர் இப்போட்டியில் கலந்து கொள்ள இயலாது • வெற்றி பெற்றவர்களுக்கு தபால் மூலம் தகவல் தெரிவிக்கப்படும். சூப்பர் பரிசுகள் பெற்றவர்களுக்கு, மிகச் சிறந்த போட்டி வாக்கியம் எழுதுபவர்களுக்கு பத்திரிகைகள் மூலமும் தகவல் தெரிவிக்கப்படும்.

புதிய லெ ஸ்டைல் கண்டிஷனிங் ஷாம்பூ

உங்கள் கூந்தலிலும் தோற்றத்திலும் அழகிய மாற்றம்




SAREE
CHOICE
AT
LNC
TAMBARAM
Kancheepuram Silk, Mysore Silk, Binny Silk, Poochampalli Silk, Kora Silk, Mysore Art Silk, Mysore Printed Silk, Peacock Silk, Sreemathi Silk ...
Coimbatore Cotton, Negamam Cotton, Poochampalli Cotton, Kanchi Cotton, Madurai Sungudi, Bengal Cotton, Kora Cotton, Taarika Cotton, Karishma Cotton, Arvind Full Voile, Khatau Full Voile ...
Garden, Khatau, Vimal, Premier and Arvind Polyester sarees...
... with matching blouse material.
Churidars and salwars ... Gurjari, Bandini, Batik, Two-ply, Flourescent Prints ... all under one roof.
We accept CANCARD and VISA CARDS
Step in for your choice. Shop in air-conditioned comfort.
Step into LNC also for a wide range of suitings and shirtings from Raymonds and Gwalior, and an exotic collection from "THE WEARHOUSE".
LNC
TEXTILE HOUSE
133, Mudichur Road, Tambaram, Madras 600 045
Tel: 402533


Murugan
காப்பர்-பாட்டம்
எவர்சில்வர் பாத்திரங்கள்
★ இயற்கை சுவை குறையாதது
★ சமையலுக்கு எளிதானது
★ அடிப்பிடிக்காதது
★ உயர்தர சேலம் AISI 304 உருக்கு தகட்டினுல் வடிவமைக்கப்பட்டது
★ எரிபொருள் சிக்கனம்
★ உத்திரவாதம் உடையது
• அனைத்து விற்பனையாளர்களிடமும் கிடைக்கும்
• தோசைக்கல் • அடுக்குசெட்
• சாஸ்பான் • டேக்சா • கோதாவரி குண்டு
• ஆப்பசட்டி • பருப்புசட்டி
• இட்லி குக்கர்
தயாரிப்பாளர்கள்:
முருகன் மெட்டல் இண்டஸ்ட்ரீஸ்
37, செட்டி புதுத் தெரு, கும்பகோணம், போன்: 20848

திருமண மலர்

மணமகள் தேவை

★ சௌராஷ்ட்ர இனம், 29 வயது/172 செ.மீ./3500/மத்திய அரசு வேலை/பி.ஏ.பி.எல்., ACS (Final) வரனுக்கு நன்கு படித்த, குணமுள்ள, வேலை பார்க்கும் சௌராஷ்ட்ர மணமகள் தேவை. ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண் : 10047

★ முத்துராஜா குலத்தைச் சேர்ந்த பட்டதாரியான, அழகிய, இருபத்தைந்து வயதிற்குட்பட்ட, நடுத்தரமான குடும்பத்தைச் சேர்ந்த மணமகள், முப்பத்திரண்டு வயதான, எம்.ஏ. எம்.பில் படித்த கல்லூரி ஆங்கில விரிவுரையாளருக்குத் தேவை. பெட்டி எண் : 10048

★ வயது 27, படிப்பு பி.ஈ., ரூ 4500/- மாத வருமானத்தில் தமிழ்நாடு மின்சார வாரியத்தில் உதவிப் பொறியாளராக பணிபுரியும் செட்டியார் இன மணமகனுக்கு அதே இனத்தைச் சார்ந்த நல்ல படித்த TNEB/Govt/Bank/Doctor வேலையில் உள்ள மணமகள் தேவை. பெட்டி எண் : 10049

★ சைவப் பிள்ளை, நல்ல அழகான 34 வயது, 6' உயரம், பி.ஏ., ரயில்வேயில் ரூ 2500/- மாத வருமானமுடைய மணமகனுக்கு, அழகும் குணமும் உடைய அரசுப் பணியில் உள்ள நல்ல மணமகள் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் : 10050

* Alliance invited from decently employed girls for Iyer boy, Bharadwaja, Brahacharanam, aged 28 years, B.Com., working in a CBSE School as an accountant at Madras. Box No. 10051

* Alliance invited for Rohini, Koushika gothram, Vadagalai Iyengar boy 1966/B.Com./3000/5'3" employed Central Govt. Delhi, have govt accommodation. Box No. 10052

★ ஐயர், பிரஹசரணம், கௌண்டின்யம், அனுஷம், B.Com., (Hons) 27/172/5000, சொந்த வீடு, சர்க்கார் வேலையிலுள்ள டில்லி வரனுக்கு வேலையிலுள்ள பட்டதாரி பெண் தேவை. எதிர்பார்ப்புகள் இல்லை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். டில்லிப் பெண்களுக்கு முன்னுரிமை. பெட்டி எண் : 10053

★ வடமாள், கௌண்டின்ய, மகம், பி.எஸ்ஸி., 40 வயது, பணக்காரக் குடும்பம், வட்டி வருமானம் மாதம் ரூ. 5,000/- சொந்த வியாபாரம், சொத்துள்ள வரனுக்கு அழகான/சுமாரான பெண் தேவை. மற்ற ஜாதி பிராமணர்களும், ஏழைகளும் சம்மதம். எளிய திருமணம். ஜாதகத்துடன் எழுதவும். பெட்டி எண் : 10054

* Wanted well placed and educated life partner for a 35 year old, fair, 165 cms, tall, M.A.(Lit), widow, having a son (8 years) and a daughter (4 years). Box No. 10055

* Alliance for graduate, Vathula Gothram, Vadagalai, Ayyangar boy, social activist, 30 years, divorcee. girls well trained in domestic duties from decent middle class families send horoscope to Box No. 10056

* Alliance invited for Iyer Vadama Srivatsa Tiruvonam 29/5.'4'"/3000/- boy undergraduate working as an Executive in a Madras based Company in Calcutta from good looking working Girls upto 24 years from good family. Write with horoscope and details to Box No. 10057.

* Telugu Brahmin, Kanva Gothram, Konasamudram subsect, M.E./27/176/4500, Design engineer with a large reputed company at Madras. Subsect no bar. Preferably professionals/employed girls may apply with horoscope for alliance to Box No. 10058

* Alliance invited for Brahacharnam, Koundinya Gothram, Bharani, B.Com., employed limited concern (accountant) salary Rs. 2500/- aged 28 years from educated employed girl, sub-sect no bar. Box No. 10059

* Alliance invited for Iyer Vadama/Srivatsa/Uttirattadi fair/36/167 only son Software Specialist in Madras at times overseas from graduate girl below 30 willing overseas travel, employed preferred, horoscopes details to Box No. 10060

★ தேவர் இனம் (வீரபாண்டியன் கிளை) DME, 27/167/4000/- சென்னை தனியார் கம்பெனியில் (டி.வி.எஸ்.) உள்ள மணமகனுக்கு அதே குலத்தில் படித்த குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. குடும்ப விவரத்துடன் பெற்றோர்கள் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண் : 10061

* Alliance invited for Vadamal, Bharadwaja Gothram, Visakam, 27/5'10"/4800 Diploma Engineer. well placed with a reputed concern at Alwar. Fair, good-looking graduate girl may apply with family details. Box No. 10062

★ விஸ்வகர்மா, தெலுங்கு, பி.ஈ., அரசாங்க வேலை, ரூ 5000/- குழந்தை இல்லாத இளைஞருக்கு. இரண்டாம் தாரமாக பணியில் உள்ள/அல்லாத, எஸ்.எஸ்.எல்.சி., வரையாவது படித்த, குடும்பப்பாங்கான தெய்வபக்தி உள்ள பெண்கள். ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் : 10063

* Alliance invited from fair, graduate employed/unemployed Iyer girls, for Vadama, Garga, Chithrai, very fair only son. B.Sc., CAIIB, 39/5'4"/5500

Nationalised Bank, Madras. Reply with horoscope to Box No. 10064

* Vadamal/Viswamithra Gothram/Star Uthirashada boy 29/161/3400 employed as steno-grapher in M/s. Indian Telephone Industries, Bangalore seeks graduate Iyer girls preferably employed. Reply with horoscope and details to Box No. 10065

* Tamil Brahmin, life partner educated, with compassion for human needs for Blind, Brahmin 34 years, Srivatsam, Hasta, overseas P.G. qualifications. recently settled abroad, will be independent. Unencumbered widows welcome. In and around Madras preferred. Box No. 10066

★ செங்குந்தர் 29/168/2300 Govt (S.A.D.I). ஒரே ஒரு உடன்பிறப்புடன் பிறந்த 22 வயதிற்குட்பட்ட படித்த இளம் விதவை முதல் தாரமாக மணக்க தேவை. விவாகரத்தானவர்களும் இரு மண அமைப்பாளர்களும் கண்டிப்பாக தொடர்பு கொள்ள வேண்டாம். தகுதியுள்ளவர்கள் கடிதத் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண் : 10067

* Mudaliar boy employed as Sales Executive in a Public Limited Company drawing Rs. 4000/- p.m. aged 30, seeks employed/unemployed graduate girls (sub-caste no bar). Box No. 10068

* Alliance for Boy 26, BE, MBA, Tamil, Vadamal Iyer, handsome very fair, only son employed, with excellent prospects, affluent parents. Girl's looks, status of parents, and good family background main consideration. Apply to Box No. 10069

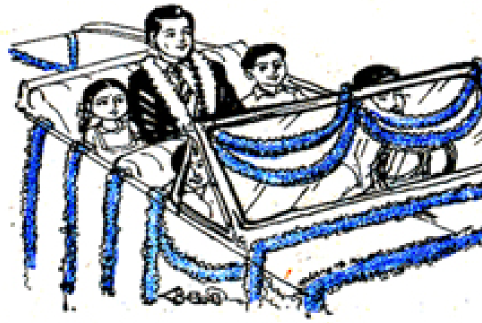
* Wanted educated, good-looking, slim, fair, wheatish complexion, Balija girl from decent family within 26 years for Balija Boy, Govt. service 31/170/7500. No bad habits, furnish full particulars with horoscope to Box No. 10070

★ அகமுடையார், இந்து, தஞ்சாவூரைச் சேர்ந்த, உத்திரட்டாதி, 28 வயது, 163 செ.மீ. உயரம், மாத வருமானம் ரூ 3700/- DME படித்த, இரயில்வேயில் வேலை பார்க்கும் மணமகனுக்கு, அதே வகுப்பைச் சார்ந்த படித்த, அழகான, குடும்பப் பெண் தேவை. ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண் : 10071

★ சைவ பிள்ளை, 25 வயது மகனுக்கு, மணமகள் தேவை. பூசம் நட்சத்திரம் 1-ஆம் பாதம், மாநிறம், ஆங்கில மீடியம், எஸ்.எஸ்.எல்.சி., உயரம் 5.'11" மணமகள் எந்த வகுப்பைச் சேர்ந்தவரும் விண்ணப்பிக்கலாம். (முஸ்லிம் தவிர). சொந்த வியாபாரம். பொருளாதாரத்தில் வீடு மற்றும் அனைத்து வசதிகளும் உண்டு. பெட்டி எண் : 10072

★ கௌசிக கோத்திரம், வடமாள், உத்திராடம் நட்சத்திரம், 32/168 மானேஜர், நல்ல கம்பெனியில் நல்ல சம்பளத்தில் உள்ள வெகு அழகான தமிழ் அய்யர் வரனுக்கு வேலையில் இல்லாத, வெகு அழகான, slim. தமிழ் அய்யர் வடமாள் பெண்ணின் பெற்றோர்கள் மட்டும் ஜாதகம் மற்றும் இதர விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண் : 10073

★ வடமாள், கௌசிக கோத்திரம், திருவாதிரை நட்சத்திரம், 29/170/பி.ஈ. மெக்கானிகல் என்ஜினியர், நல்ல கம்பெனியில் நல்ல உயர்வான சம்பளத்தில் உள்ள வெகு அழகான தமிழ் அய்யர் வரனுக்கு வேலையில் இல்லாத வெகு அழகான,



slim. தமிழ் வடமாள் பெண்ணின் பெற்றோர்கள் மட்டும், ஜாதகம் மற்றும் இதர விவரங்களுடன் எழுதவும். பெட்டி எண் : 10074

★ வன்னியகுல க்ஷத்திரியர், வயது 29, உயரம் 5'4", மாநில அரசில் ரூ 2000/- சம்பளத்தில் வேலை செய்யும் மணமகனுக்கு, அதே குலத்தில் மணமகள் தேவை. விவரங்கள் அனுப்பவும். பெட்டி எண் : 10075

★ தஞ்சை ஜில்லாவில், கவரா நாயுடு 32/5'6"/பி.எஸ்ஸி../12,000 சவூதியில் வேலை பார்க்கும் பையனுக்கு, அழகும், குணமும், குடும்பப்பாங்கான, டிகிரி/டிப்ளமா படித்த சேவை மனப்பான்மை நிறைந்த வேலை பார்க்கும்/பார்க்காத அதே இன மணமகள் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண் : 10076

★ திருநெல்வேலி சைவ வெள்ளாளப் பிள்ளை, வயது 29, உயரம் 168 செ.மீ., படிப்பு பி.காம்., PGDMM.. (M.Com.)+ டைப்பிங், சுருக்கெழுத்து படித்து பிரபல தனியார் நிறுவனத்தில் ஆபீஸர் ஆக உள்ள (சம்பளம் ரூ. 2600/& + Benefits) பையனுக்கு அழகான, படித்த வேலைக்குப் போகும்/வேலைக்குப் போக விருப்பம் உள்ள பெண் தேவை. ஜாதகம் அவசியம். பெட்டி எண் : 10077

* Coimbatore based, Christian, Adi-dravida, Navy Officer, Rs. 4500/- age 27, alliance invited from charming, young graduate unemployed girl. Caste no bar. Box No. 10078

★ வடமாள், நைத்ருப காசியப கோத்திரம், அவிட்டம், பி.காம்., படித்த, வயது 31, டி.வி.எஸ்., கம்பெனியில் மாதம் ரூ. 3000/- வரை வருமானம் உள்ள பையனுக்கு திருச்சி, தஞ்சை, புதுக்கோட்டை மாவட்டங்களிலிருந்து ஏதாவது வேலையில் உள்ள பெண் ஜாதகம் அனுப்பித் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண் : 10079

★ பிரஹசரணம், காசியப கோத்திரம், அஸ்வினி நட்சத்திரம், 36/5.'11"/2000 புகழ்பெற்ற தனியார் துறையில் பணிபுரியும் நன்கு படித்த, சட்டப்படி விவாகரத்து பெற்ற வரனுக்கு, நன்கு படித்த பரந்த மனப்பான்மையுள்ள, திருமணத்திற்குப்பின் பம்பாயில் வசிக்கக் கூடிய பெண் தேவை. சங்கீதம் கலை தொடர்புடைய குடும்பத்தினராய் இருந்தால் பெற்றோர்களையும் அழைத்துச் செல்லப்படும். பெட்டி எண் : 10080

* Alliance invited for Kaushika gothra Boy of 29 years, 5'2", Mrigashrisham, employed as driver in N. Bank, Contact to Box No. 10081

★ வடமாள், கார்த்திகை, ஸ்ரீவத்ஸம், B.com. Costing. 31, 5 அடி, பாரத் எலக்ட்ரானிக்ஸில் ஆபீஸரான, Physically handicapped பையனுக்கு பரந்த மனமுள்ள பெண் தேவை. உட்பிரிவுகள்

சம்மதம். விவரங்களுடனும், ஜாதகத்தோடும் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண் : 10082

★ வடமாள்/பாரத்வாஜ/சித்திரை 3-ம் பாதம், 28/162 செ.மீ./2060/+2, DEEE, சென்னை குடிநீர் வாரியத்தில் வேலையில் உள்ள மணமகனுக்கு சென்னையில் அரசாங்க வேலையில் உள்ள டீச்சர்/கிளார்க், பட்டப்படிப்புடன் மணமகள் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். குடும்ப விவரம், ஜாதகத்துடன் அனுப்பவும். பெட்டி எண் : 10083

* Alliance invited from simple/home loving girl for Kerala Iyer, Vadamal Boy, 42/5000 Anusham, employed in Multinational Company. Apply to Box No. 10084

★ ஸ்ரீவைஷ்ணவ தென்கலை, ஐயங்கார், பாரத்வாஜ கோத்திரம், 29 வயது, 5'5" உயரம், ஹஸ்த நட்சத்திரம், எஸ்டேட்டில் பணிபுரியும் மாதம் ரூ 1200/- சம்பளம் பெறும் பையனுக்கு தகுந்த வரன் தேவை. வடகலையும் சம்மதம். பெட்டி எண் : 10085

* Kerala Iyer, divorcee, 46 well settled in business, Madras wishes to marry a girl from respect-able family, broad-minded, modern disposition. widows/dirvorcees without issues preferred. Box No. 10086

★ அஷ்டசகஸ்ரம், பாரத்வாஜ கோத்திரம், பூராடம், வயது 32, உயரம் 5'7", சிவப்பு நிறம், தனியார் கம்பெனியில் உயர் அதிகாரி, மாதச் சம்பளம் ரூ. 4500, நல்ல வசதியான குடும்பத்தில் பிறந்த வரனுக்கு அழகான, குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் : 10087

* Alliance for Ashtasahasram, Srivatsa, Rohini, BE(Hons)/28/160/7000. Boy employed as Senior Executive in a reputed concern at Pune. Graduates/Professionals preferred. Subsects acceptable. Contact with horoscope and bio-data. Box No. 10088

★ மத்திய அரசில் I.B.S. அதிகாரியாக பணிபுரியும் வடமாள், பாரத்வாஜம், உத்திராடம், 35 வயதுள்ள பையனுக்கு, விவாஹம் செய்து கொடுக்க வேண்டும் என்ற மனப்பான்மையுள்ள நன்றாக படித்த, அடக்கமுள்ள பெண்கள் தேவை. பெட்டி எண் : 10089

★ வடமாள், கௌசிக கோத்திரம், ஸ்வாதி, 33 வயது, தனியார் நிறுவனத்தில் மொத்தச் சொந்த வெல்பேடில் ரூ 2800, உயரம் 5'11", சிகப்பு நிறம், வசதியுள்ள கெட்ட பழக்கங்கள் இல்லாத பையனுக்கு உத்யோகத்திற்கு போகும் குடும்பப் பாங்கான பெண் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். ஜாதகம் குடும்ப விவரத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் : 10090

★ செங்குந்தர், 29, 170 செ.மீ., B.A.D.M.M., சொந்தத் தொழில், ரூ. 5000/- தோஷம் இல்லாத, சிவந்த, அழகான, வசதியான, (சகோதரன் பிறப்புக்கள் இல்லாத) மணமகனுக்கு, சிவந்த, அழகான, வசதியான, 25 வயதுக்குள், உயரமான, பட்டதாரி மணமகள் தேவை. ஜாதக, குடும்ப விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்க. பெட்டி எண் : 10091



* Alliance invited from Non-Vadhoola graduate Bank/College/School employed Vadagalai, Ayyangar Girls, aged 22-26 for a Bombay based Boy, B.E., 29, 5'2", employed in TATAS, star Tiruvonam. Apply with horoscope and family details to Box No. 10092

* Suitable match for Vadama, Naithrubakasyaba Gothram, Doctor, 33/160cm. star, Aswathi, finishing M.Ch., (Cardio thoracic Surgery) shortly Planning to go to England after that passed 'PLAB'. Doctors/Greencard holders preferred. Reply to Box No. 10093

★ சோழிய வெள்ளாளர், 32 வயது, பி.ஏ. படிப்பு, வருமானம் ரூ. 2500/- அழகு, சிவந்த நிறம். மணமகள் அழகும், சிவந்த நிறமுமான பெண் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். விரைவில் திருமணம். பெட்டி எண் : 10094

* Alliance invited from employed/unemployed girls for Vadama, Kousika bachelor, star Anusham/SSLC/42/5'7"/2900 Assistant, Government job, Madras city, early marriage desirable please reply with horoscope bio-data and family details to Box No. 10095

★ பிரஹசரணம், கர்க்க கோத்திரம், திருவாதிரை, பட்டப் படிப்பு 34/167 கோவையில் ஒரு ஆடிட்டர் ஆபிஸில் வேலை வரனுக்கு படித்த, குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. விவரம் மற்றும் ஜாதகக் குறிப்புடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண் : 10096

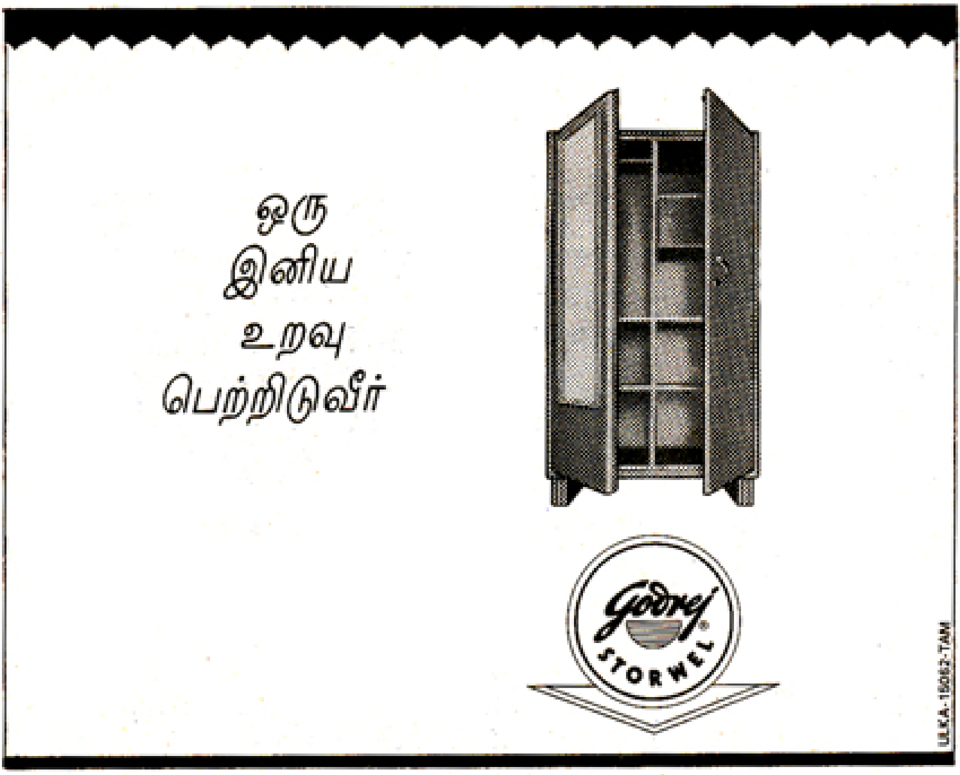
* Wanted a good Brahmin bride/any sect/degree, Government employee or degree with a rich background for Brahacharanam Iyer, Bharadwajam, Pooram, M.A.(Eng.) M.Ed., dip in Journalism, age 28, 5'.10", english teacher, Rs. 2000/- (1200 - 2040) Box No. 10097

★ இந்து, ஆதி திராவிடர், வயது 34, பி.எஸ்ஸி., சென்னையிலுள்ள தேசியமயமாக்கப்பட்ட வங்கியில் எழுத்தர்/160 செ.மீ./ரூ3000/-- அழகிய, குடும்பப்பாங்கான அரசு வங்கி, இன்சூரன்ஸ் பணியிலுள்ள பெண் தேவை. பெட்டி எண் : 10098

* Wanted Iyengar VG/TG brides Graduate/PG employed/unemployed 26-32 fair, Pious progressive domestically talented. Widower, two sons, Srivatsam, Rohini clean habits 34/165/7500 Executive PSU. Detailed response. Box No. 10099

★ ஐயர், வடமாள், சதுரம், நைத்ருப காசியப கோத்திரம், பி.எஸ்ஸி.,/26/167 செ.மீ., மாநிறம், ரூ 6000/- மாத வருமானம் சொந்தமாக ஏஜென்சி வியாபாரம் செய்யும் வரனுக்கு பட்டதாரி, அரசாங்கம், வங்கியில் பணிபுரியும் அய்யர் பெண் தேவை. தகுதி உள்ளவர்கள் ஜாதகம், குடும்ப விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்க. பெட்டி எண் : 10100

★ ஐயர்/சோழியன்/காசியப கோத்திரம்/39/165/5000 சுயேச்சையில் சொந்தத் தொழில் புரியும் பையனுக்கு வேலை பார்க்கும்/அல்லது குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண்: 10101





Shop open on all days till Pongal

திருமண மலர் பகுதியில் விளம்பரம் செய்யக் கட்டணம் ரூ. 75/- தொகையை, 'மங்கையர் மலர்' பெயருக்குச் சென்னையில் மாற்றலாகக்கூடிய MICR டிமாண்ட் டிராப்டாக அனுப்ப வேண்டும். அல்லது மணியார்டர் மூலமாக அனுப்பலாம். போஸ்டல் ஆர்டர் ஒத்துக் கொள்வதில்லை. ஒரு விளம்பரத்தில் ஒரு வரனுக்கு 30 வார்த்தைகளுக்குள் விவரங்கள் தர வேண்டும். திருமண மலர் பகுதியில் விளம்பரம் செய்பவர்களின் விலாசங்களைக் கொடுப்பதற்கில்லை. விளம்பரங்களுக்குப் பதில் அனுப்புபவர்கள், "விளம்பரதாரர், பெட்டி எண் : C/o. மங்கையர் மலர், 47, ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை, ஈக்காடுதாங்கல், சென்னை - 600 097 என்ற விலாசத்திற்கு அனுப்ப வேண்டும். தனிப்பட்ட எந்தக் கடிதப் போக்குவரத்தும் கிடையாது.

★ ஐயர்/சோழியன்/காசியப கோத்திரம்/37/165/2500/டிவிஎஸ் (நெல்லை மாவட்டம்) பணி புரியும் பையனுக்கு வேலை பார்க்கும் அல்லது ஓரளவு வசதி உள்ள குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண் : 10102

* Rohini/Vadama/Sandilya fair, Iyer boy 24/175/1900/Railways/B.Com. seeks Government employed bride, any Brahmin. Subsect acceptable, no dowry. Reply to M. Srinivasan, 19, Kamakshi Nagar, Sanatorum, Madras - 600 047.

* Brahmin boy, Athraya gothram, Vadamal, Revathi, 31/185 cms/B.Com., D.B.M. doing Business, required graduate girl, height 5.4. Contact : R. Kamakshi, Plot No. 780, Door No. 2, Munuswamy Salai, K.K. Nagar West, Madras - 600 078.

★ தென்கலை, ஆத்ரேய கோத்திரம், பூரம், 30/5.8/12000/பி.காம்., மஸ்கட்டில் உள்ள வரனுக்கு வேலையில் உள்ள/வேலைக்குப் போகத் தகுதியுள்ள மணமகள் தேவை. தொடர்பு கொள்ள வேண்டிய முகவரி : V. Soundara Rajan, Plot No. 73, BHEL Nagar, Medavakkam, Madras - 601 302.

* Alliance invited from Iyer/Iyengar M.B.B.S./B.D.S. Doctor girls for Kousika/Vadagalai Iyengar M.B.B.S. doctor, own practice, 32/160cms/3000. Contact : K. V. Sriraman, Retd. Accounts Officer, A.P.S.E.B., 7/65, Ranganayakulapet, Nellore, Andhra Pradesh, Pin : 524 001. Phone : 29210.

* For Kerala, Vadamal Iyer boy 27/175cm/3000/Aswini/ Bharadwaj/Deaf Mute by birth working in Public Sector Steel Plant. Write with horoscope to M. R. Balakrishnan, 1A/St.39/Sector X Bhilai 490 006 (M.P.).

★ வன்னியர்/பி.எஸ்ஸி., ஓசூரில் பெரிய தனியார் நிறுவனத்தில் சூபர்வைசர் 159 செ.மீ/27/ரூ.2000 சொந்த நிலபுலம், சொந்த வீடும், கார் வசதியுடன் உள்ள அறிவு மணமகனுக்கு, படித்த (குறைந்தது 10வது) சிவந்த, அழகும், வசதியுள்ள மணமகள் எந்த வகுப்பும் சம்மதம். தொடர்பு கொள்ள வேண்டிய முகவரி : என். முத்து, லைன்மேன், செத்தாங்குளம் (அஞ்சல்), திருச்செங்கோடு தாலுக்கா, சேலம் மாவட்டம்.

★ டில்லியில் தனியார் நிறுவனத்தில் நல்ல வேலையிலுள்ள தெலுங்கு முதலநாடு, வாதூல கோத்திரம், ரோகிணி நட்சத்திரம், 35/3000/5'6" பையனுக்கு டில்லியில் வேலையிலுள்ள அல்லது மாற்றிக் கொள்ளக்கூடிய வேலையில் உள்ள பட்டதாரிப் பெண் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ள வேண்டிய முகவரி: டி. ஆர். நாகராஜன், 6, ராஜாஜி தெரு, கூறைநாடு, மயிலாடுதுறை - 609 002.

★ முக்குலத்தோர் இனம், வருமானம் ரூ. 15,000 வரை, வயது 36, விவாகரத்து பெற்றவருக்கு அதே இனத்திலிருந்து மணமகள் தேவை. முகவரி: ஜெ. ஜெயன், S/o S. C. ஜகதீசன், 1/1E. அம்மன் கோவில் தெரு, வி.என்.ஆர். நகர், வடவள்ளி, கோயம்புத்தூர் - 41.

* Wanted educated, employed/unemployed, good looking bride for groom, 34 years, Kousikam, Thenkalai, Rohini, B.Sc., B.Ed., Telecom employed earning Rs. 2900/- ht. 165 cms. Reply immediately with horoscope. Contact : T. R. Sampath, 12, Ramanujam St, Nungambakkam, Madras - 34.

* Non-Koundinya fair, med. height, graduate, Velnadu, musically versed bride upto 21 years, for Boy 23.1.69 Utthirabhadra II Qr. City - property co-owner & partner in Trade with brothers. Horoscope to P. B. No. 7416, Madras - 600 079.

★ வன்னியர், 27, Motor Engineering Passed. 1200 Pvt Co., கால் ஊனமானவர், ஷூ போட்டு நடப்பவர், இவருக்கு ஏற்றமான பெண்கள், குழந்தை இல்லாத இளம் விதவைகள் தொடர்பு கொள்ள வேண்டிய முகவரி : பி. குணசேகரன், 36, பருத்தி வாக்கம் தெரு, ஆலந்தூர், சென்னை - 16.

* Wanted unemployed graduate Keralite, Vadama girl for a B.Sc., Chemistry graduate boy, doing building contract work. Moudhgalya Gothram, Uthiradam,





5.'10'', 32 years, Rs. 4000/- p.m. Contact : D. Ramakrishnan, Dhandapani Nilayam, Balaji - Padmavati Nagar, Vadavalli Post, Coimbatore - 641 041. Phone : 42658

மணமகன் தேவை

★ ஐயர், பிரஹசரணம், பார்கவ கோத்திரம், உத்திரட்டாதி நட்சத்திரம், பி.காம்., படித்த, 29 வயது, 5'.3'', சிவந்த நிறமுடைய நல்ல குடும்பத்தைச் சேர்ந்த பெண்ணிற்கு வரன் தேவை. தையல், டைப்ரைட்டிங், சமையல் நன்கு தெரியும். ஹிந்தி பிரவீன். அரசாங்க உத்தியோகத்தில் உள்ளவரோ, தனியார் நிறுவனத்தில் உள்ளவர்களோ விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் : 20048

★ சோழிய வெள்ளாளர், புனர்பூசம், வயது 25, டி.ஃபார்ம், இரயில்வேயில் நிரந்தர வேலை, சம்பளம் 2600, பெண்ணிற்கு அதே இனத்தில் மத்திய, மாநில அரசு வேலையிலுள்ள மணமகன் தேவை. திருச்சி மாவட்டத்தைச் சேர்ந்தவராக இருத்தல் நலம். ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் : 20049

* Suitable alliance invited for Uthiradam, Sadamarsanam Gothra, Vadagalai Iyengar girl 1967/B.A./1100/–. Madras employed preferred. Box No. 20050

* Wanted alliance for physically handicapped (one leg artificial leg) graduate, Thengalai Iyengar girl, aged 30 years, Vadoola Gothram, Hastam Star. Vadagalai no bar. Box No. 20051

★ கௌரவ நாயுடு பெண், எஸ். எஸ். எல். சி./30 சுமாரான உயரம், மாநிறம், Domestically trained, நிறைந்த செவ்வாய் தோஷமுள்ளது. அதே இனத்தில், செவ்வாய் தோஷமுள்ள மணமகன்களிடமிருந்து ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பங்கள் வரவேற்கிறோம். குடும்ப விவரம், மணமகன் வேலை, வயது ஆகிய விவரங்கள் தெரிவிக்கவும். பெட்டி எண் : 20052

★ இந்து. ஆதி திராவிடர், தையல் ஆசிரியை, ரூ. 600/-, வயது 27, நல்ல குடும்பத்தைச் சார்ந்த பெண்ணுக்கு, தகுந்த மணமகன் தேவை. முழு விவரங்களுடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் : 20053

★ வடகலை, வாதூல கோத்திரம், சுவாதி நட்சத்திரம், வயது 29, படிப்பு எம்.எஸ்.ஸி., பி.எட்., உள்ளூரில் தனியார் பள்ளியில் வேலை பார்க்கும் பெண்ணிற்கு அரசு பணியில் உள்ள 35 வயதிற்குட்பட்ட மணமகன் தேவை. பெட்டி எண் : 20054

★ கார்கார்த்தார், 24/152, எம்.பி.பி.எஸ்., சிவந்த நிறமுடைய, அழகான பெண்ணிற்கு அதே இனத்தைச் சேர்ந்த Doctor/Engineer/CA/Lecturer/ Lawyer/Bank/Govt. Officer மணமகன் தேவை. பெட்டி எண் : 20055

★ சோழிய வெள்ளாளர் இனம், வயது 26, உயரம் 5'5'', பி.காம்., A.C.S. (Final), நடுத்தரக் குடும்பம், சிவந்த நிறமுடைய, அழகான பெண் ணிற்கு, நல்ல குடும்பத்தைச் சேர்ந்த, மத்திய, பொதுத் துறை, அயல்நாட்டில் நல்ல வேலையிலிருக்கும், B.E., C.A., A.C.S., M.Tech., படித்த சோழிய வேளாளர்/முதலியார் வகுப்புகள் வரன் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் : 20056

★ நல்ல குடும்பத்தைச் சார்ந்த, அஷ்டசஹஸ்ரம், வாதூல கோத்திரம், ஆயில்யம், 23 வயது, 155 செ.மீ., உயரம், பி.காம்., சென்னையில் வேலை பார்க்கும் பெண்ணிற்கு, சென்னையில் நல்ல பதவியிலுள்ள 30 வயதுக்கு மேற்படாத வரன் தேவை. ஸ்மார்த்த ப்ராமணர்களுக்குள் உட்பிரிவு சம்மதம். பெட்டி எண் : 20057

★ வன்னியகுல க்ஷத்திரியர் (நாயக்கர்), வயது 32, நல்ல நிறம், படிப்பு பி.யு.சி., 5'.2'' பெண்ணுக்கு அதே இனத்தைச் சேர்ந்த அரசாங்க/தனியார் வேலையில் உள்ள மணமகன் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 20058

* Alliance for our daughter Vadamal/Viswamithra Gothram/Star Bharani, good-looking 26/161/B.Com., graduate invited from Engineer/Bank/Central Govt/Public Limited Company boys settled anywhere in India. Please write with full details and horoscope to Box No. 20059

* Wanted Balija/Gavara, Govt/Company Executive/ Engineers/ M.B.A./Doctors groom aged 28 - 30 for fair, Company executive B. Tech M.B.A. girl, clear horoscope 26/165 Reply with horoscope to Box No. 20060

* Alliances invited from well settled Non-Athreya Telugu/Tamil Brahmin professionals for attractive Charming Smartha Telugu Brahmin girl, 29/155, Post graduate diploma in Systems Management, employed private firm at Bhilai (M.P.) Star Anuradha. only brother well employed at Bhilai. Reply to Box No. 20061

* For Tamil, Vadamal, Chithrai, Kousikam, medium complexion homely unemployed Iyer Girl 35/160 from suitable bridegroom. Box No. 20062

★ சைவ பிள்ளை, 21 வயது, உத்திராட நட்சத்திரம் 1-ஆம் பாதம், பால கோத்திரம், சிவந்த நிறம், ஆங்கில மீடியம், எஸ்.எஸ்.எல்.சி., உயரம்5'.3'', பொருளாதாரத்தில் மத்திய வகுப்பைச் சேர்ந்தவர்கள் டைப்பிங், தையல் மற்றும் அனைத்து வீட்டு வேலைகள் தெரியும் பெண்ணுக்கு மணமகன் வடநாட்டில் உள்ளவர்கள் தேவை. பெட்டி எண் : 20063

* Alliance invited from decently employed/settled grooms for Vadama, Sankruthi Girl 22/165cm/Pooram/ B.Com.,/Hindi Visharat, unemployed, domestically trained fair, good looking. Reply for immediate decent marriage. Subsects no bar to Box No. 20064

★ இந்து. அகமுடையார் (சேர்வை) வயது 25, 5'/10+2, B.A. Final தபால் மூலம் படித்து வரும்


உலகத்தரம் கொண்ட மிக்ஸிக்கு எந்த வேலையும் எளிது.
BONZUN
MIXIDIZER
வளரும் தேவைக்கு முதன்மையான மிக்ஸி
600 w சக்தி
POWER PACKED
உலகத் தரம் வாய்ந்த மிக்ஸி.
கடினமானதை கூட நிமிஷத்தில்
தயார் செய்யும்
பொடிக்க, அரைக்க
• முழுமையான உலக தரம் செயலிலும், தோற்றத்திலும் • திறமை கொண்ட - 600 வாட் மோட்டார் - 60 நிமிட ரேட்டிங்குடன் • லிக்விடைசர் - இறக்குமதியான பாலிகார்பனேட்டால் - தயாரிக்கப்பட்டது. • இரண்டு எவர்சில்வர் ஜார் (பெரியது, சிறியது). • கலவைக் கரண்டி
• வொர்க்பௌல் - இறக்குமதியான லானல் தயாரிக்கப்பட்டது.
குழந்தைகள் வளருகின்றன
ஒரு விதத்தில் சமுதாயத்தில்
நாமும் வளர்கிறோம்
அதற்கு ஏற்றது
போன்சன் மிக்ஸியே
போன்சன் - விலை மதிப்புள்ள பொருள்.
இவ்வளவு உலகத்தரம் கொண்ட போன்சன்,
சாதாரண மிக்ஸியின் விலையையே
கொண்டுள்ளது.
Manufactured by :
BONZUN EQUIPMENTS (PVT) LTD.,
Veerappa Goundanur Road, Kinathukadavu,
Coimbatore. Phone : 042597-2166

டைப்ரைட்டிங், ஷார்ட்ஹாண்ட் முடித்து மத்திய அரசில் தாற்காலிகமாக பணிபுரியும் பெண்ணிற்கு, அதே வகுப்பில் (அ) முக்குலத்தோர் நிரந்தர வேலையிலுள்ள மணமகன் தேவை. ஜாதகம் மற்றும் குடும்ப விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண் : 20065

★ ஐயங்கார், வடகலை, ஸ்ரீவத்ஸ கோத்திரம், ரோகிணி, 25/5', டிப்ளமோ இன் எலக்ட்ரிக்கல் மற்றும் எலக்ட்ரானிக்ஸ், மத்தியதர குடும்பப் பெண்ணிற்கு வரன் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 20066

★ தென்கலை ஐயங்கார், பாரத்வாஜ கோத்திரம், மூலம் 4-ம் பாதம், வயது 32, உயரம் 5'2'', படிப்பு பி.ஏ., பாட்டு, தமிழ்/ஆங்கிலம் டைப்ரைட்டிங் ஹையர், தனியார் நிறுவனத்தில் வேலை பார்க்கும், ரூ. 1000 சம்பளம் வாங்கும் பெண்ணிற்கு அரசாங்க வேலையிலோ/தனியார் நிறுவனத்திலோ உத்தியோகம் செய்யும் வடகலை/தென்கலை 40 வயதிற்குள் வரன் தேவை. பெட்டி எண் : 20067

* Alliance invited for Vadagalai, Iyengar Girl, Aswini, Srivatsa 33/B.Sc/4000 working in private sector. Apply to Box No. 20068

★ பெற்றோர் அம்மா நாயர், அப்பா தமிழர், நல்ல அழகும், குணமும் உள்ள பி.காம்., 5.2 உத்திரட்டாதி நட்சத்திரம், தனியார் கம்பெனியில் வேலை செய்யும் பெண்ணிற்கு மணமகன் தேவை. விவரத்திற்கு விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் :20069

★ வடகலை, பாரத்வாஜ கோத்திரம், பூராடம், 32 வயது, 5'6'', பி.எஸ்ஸி., படித்து ஸ்டேட் பாங்க் ஆஃப் இந்தியாவில் கிளார்க் ஆக வேலை பார்க்கும், அழகான பெண்ணிற்கு தகுந்த மணமகன் தேவை. தென்கலையும் சம்மதம். பெட்டி எண் : 20070

★ சைவ வெள்ளாளர், வயது 24, Diploma in Civil Engineering. Experience three years. கார்த்திகை நட்சத்திரம், அழகிய, குடும்பப்பாங்கான பெண்ணுக்கு நிரந்தர வருமானம் உள்ள 30 வயதுக்குட்பட்ட சைவ மணமகன் தேவை. ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்க. பெட்டி எண் : 20071

★ தமிழ் ஐயர், வடமாள், கௌசிக கோத்திரம், உத்திரட்டாதி, வயது 37, உயரம் 5', மாநிறம், 8வது வரை படித்துள்ள தெய்வ பக்தியும், குடும்ப வேலையில் தேர்ச்சியும் பெற்ற பெண்ணிற்கு மணமகன் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண் : 20072

★ கம்மா நாயுடு. தேசிய வங்கியில் பணியாற்றும் பெண் 26/155/3250, அதே இனத்து அரசு மற்றும் தனியார் துறையில் பணியாற்றும் மணமகன் ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் : 20074

* Alliance invited from Non-Srivatsa/Non-Kousika, tall, Iyer Executive below 30 for fair/23/165 graduate with Computer Diploma from NIIT, Vadama girl, Star Magha, from respectable family. Reply horoscope/full details. Box No. 20075

* Bridegroom for Moudhgalya/Brahacharnam girl, Moolam III, 27/150/studying Final, M.A. by Correspondence, fair & slim. Domestically well trained. Box No. 20076

* Alliance invited for smart, beautiful home loving, Naidu girl, 24 years, SSLC, 157 cm., from boys having good family back-ground and decent employement. Subsects no bar. Box N. 20077

★ மாத்வா, கன்னடா, காசியப கோத்திரம், நட்சத்திரம் அனுஷம், ஆர்வேல் வகுப்பைச் சார்ந்த, ஓர் அணைப்பு அலுவலகத்தில் தட்டச்சராகப் பணிபுரியும் பெண்ணிற்கு 40-42 வயதுள்ள வரன் தேவை. ஜாதகம் கிடையாது. பெட்டி எண் : 20078

* Veerakodi Vellala Pillai girl, D.E./28/158/2000 fair, beautiful, invites alliance from educated Govt./Public Sector/Reputed Concern employed grooms, with horoscope. Pillai/Mudaliar subsect no bar. Box No. 20079

* Wanted highly qualified well settled Engineer or Officer Boy for Telugu Mulakanadu Brahmin Girl, Physics B.Sc., Computer Diploma, 25/5.3" very fair and very handsome. Very decent marriage. other subsects acceptable. Reply with horoscope to Box No. 20080

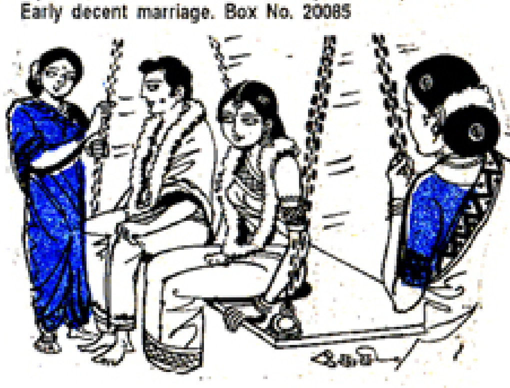
★ வயது 22, முதலியார் இனம், மாநிறம், டிப்ளோமா படித்துக் கொண்டிருக்கும் குடும்பப் பாங்கான பெண்ணிற்கு. வரதட்சிணை அதிகம் எதிர்பார்க்காத பரந்த மனமுடைய அதே இனத்தில் அரசு/தனியார் நிறுவனத்தில் நிரந்தர பணி புரியும் மணமகன் தேவை. ஜாதகம், மற்றும் குடும்ப விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண் : 20081

* Alliance invited from decently employed SSLC or graduate bachelor bridegroom for Vadama, Kousika graduate unemployed girl, age 34, height 5'.5" fair, goodlooking, pious, god - fearing and domestically well trained, early and decent marriage assured. Kindly reply with horoscope bio-data and family details. Box No. 20082

* Alliance invited for Karkarthar girl, 29/160/ M.A.,M.Phil., B.Ed., Praveen, very fair, working in a private school, from well qualified and decently employed boys of same community only. Contact Box No. 20083

★ வடமாள்/பாரத்வாஜ கோத்திரம்/அனுஷம்/ பி.ஏ.பி.எட்.,(எம்.ஏ.)/22/ 158செ.மீ., பெண்ணிற்கு மத்திய அரசு/மாநில அரசு/வங்கி/ எல்.ஐ.சி./ நிரந்தர வேலையில் இருக்கும் நல்ல குடும்பத்தைச் சேர்ந்த மணமகன் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் : 20084

* Alliance for good-looking Tamil, Iyer girl, 25 years, Moolam, Kasyaba Gothram, B.Sc., with computer diploma, alliance in and around Hyderabad preferred. Early decent marriage. Box No. 20085



★ தெலுங்கு பத்மசாலியர் 35/165/பி.ஏ. சென்னையில் அரசுப் பணியில் உள்ள பெண்ணுக்கு அதே இனத்தைச் சேர்ந்த தகுதியுள்ள மணமகன் தேவை. சென்னையில் பணிபுரியும் அல்லது மாறுதல் செய்யக்கூடிய பணியிலிருந்தால் நல்லது. ஜாதகத்துடனும் முழு விவரத்துடனும் விண்ணப்பிக்க வேண்டிய பெட்டி எண் : 20086

* Alliance invited for V. fair, Brahacharnam, Shadamarshanam Iyer girl 26/5'5" M.A.B.Ed., Teacher in a Private School, Revathi (Sub-sect no bar) from decently employed grooms. Reply with horoscope to Box No. 20087

* Well placed qualified Vadamal Iyer for Kaundinyam, Ayilyam second padam, Sevvai Dosham, M.A. ICWA (INTER) 24, 157 cms, good looking girl. Correspond with horoscope and family details. Box No. 20088

★ பி.ச. (விவசாயம்) வயது 25, வருமானம் ரூ 1500/- நட்சத்திரம் விசாகம், இந்து தமிழ் யாதவ பெண்ணிற்கு மத்திய, மாநில அரசு பணியில் உள்ள மணமகன் தேவை. பெட்டி எண் : 20089

* Suitable alliance invited for fair, good-looking, Brahacharnam, Harita, divorcee girl, 31, without encumbrance, Divorcees/widowers, sub-sect no bar. Apply with horoscope to Box No. 29979

★ வடகலை, பாரத்வாஜ கோத்திரமில்லாத, நல்ல குடும்பத்திலிருந்து சுறுசுறுப்பான, கம்பீரமான, நன்கு படித்து உள்நாட்டிலோ அல்லது வெளிநாட்டிலோ உள்ள பையன், நல்ல அழகு மிக்க, வசீகரமான தோற்றம், உயரமான, 5'7'', தற்கால நாகரிகத்திற்கேற்ற, கேட்டை நட்சத்திரத்துடன் கூடிய பெண்ணிற்கு பொருத்தம் தேவை. பெண் 20 வயது, பி.எஸ்ஸி., கடைசி வருடம், நல்ல வசதியான குடும்பம். தங்கள் பையன் ஜாதகத்துடன் மற்ற விவரங்களை அனுப்ப வேண்டிய பெட்டி எண் : 29980

* Alliance invited from Non-koundinya, Telugu Brahmin bride-grooms employed in Banks/LIC/GIC/Central Govt. organisations age 25-30 for a fair looking bride 24/155cms/B.A.(Eco.) domestically well-trained, music. Decent and early marriage. Contact : H. K. Satyanaryanan, 58, Nedumaran Nagar, Dharmapuri - 636 701.

★ தென்கலை, சடமர்ஷண கோத்திரம், உத்திராடம், 25/5'/1200/+2 (பி.காம்.) ஆம்பூரில் வேலையில் உள்ள பெண்ணிற்கு மத்திய/மாநில/வங்கியில் வேலையுள்ள மணமகன் தேவை. தொடர்பு கொள்ளவும் : ஆர். ஜெகந்நாதன், 27, பெருமாள் கோவில் தெரு, ஆம்பூர் - 635 802.

★ பாரத்வாஜ கோத்திரம், பூரம், வடமாள்/26/பி.எஸ்ஸி.,பி.எட்., தனியார் பள்ளியில் வேலை செய்யும் பெண்ணுக்கு தகுந்த வரன் தேவை. ஒரே பெண். தாயார் அரசாங்க உத்தியோகம். தந்தை கிடையாது. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். தொடர்பு கொள்ளவும் : பி. எஸ். விஸ்வநாதன், தெ. 2, 3வது மெயின் ரோடு, நங்கநல்லூர், சென்னை - 600 061.

★ நல்ல முறையில் விவாகம் செய்து கொடுக்கக்கூடிய, சென்னையில் தமிழக அரசில் பணிபுரியும் ஸ்மார்த்த வடமாள், திருவாதிரை 33 வயதுள்ள, எம்.ஏ. பட்டதாரி பெண்ணிற்கு, படித்த வேலையிலுள்ள 37 வயதிற்கு மேற்பட்ட வரன்கள் தேவை. தொடர்பு கொள்ளவும் : Padmanabhan, 70, Rajeswari Nagar, Selaiyur, Madras - 600 073.

* Alliance for Aswathi, Vadagalai Iyengar, spinster Vadula Bride 47 years, Pharmacy Graduate, tall, 5'5", very fair, good looking, good in house keeping. Has assessed independent income from investments and property. Invited from affluent and respectable families, Iyengars, Hebbars, Mandyams, in well placed position. NRI's aged 50 & below desirous of settling down in Madras will find the alliance very conducive. Widowers and divorcees without any encumbrances belonging to the above sects will be considered. Send horosocope with bio-data. Early decent marriage at bride's residence at Madras. Reply to : The Advertiser, C/o Post Box No. 6915, Madras 600 018.

மணமகன் மணமகள் தேவை

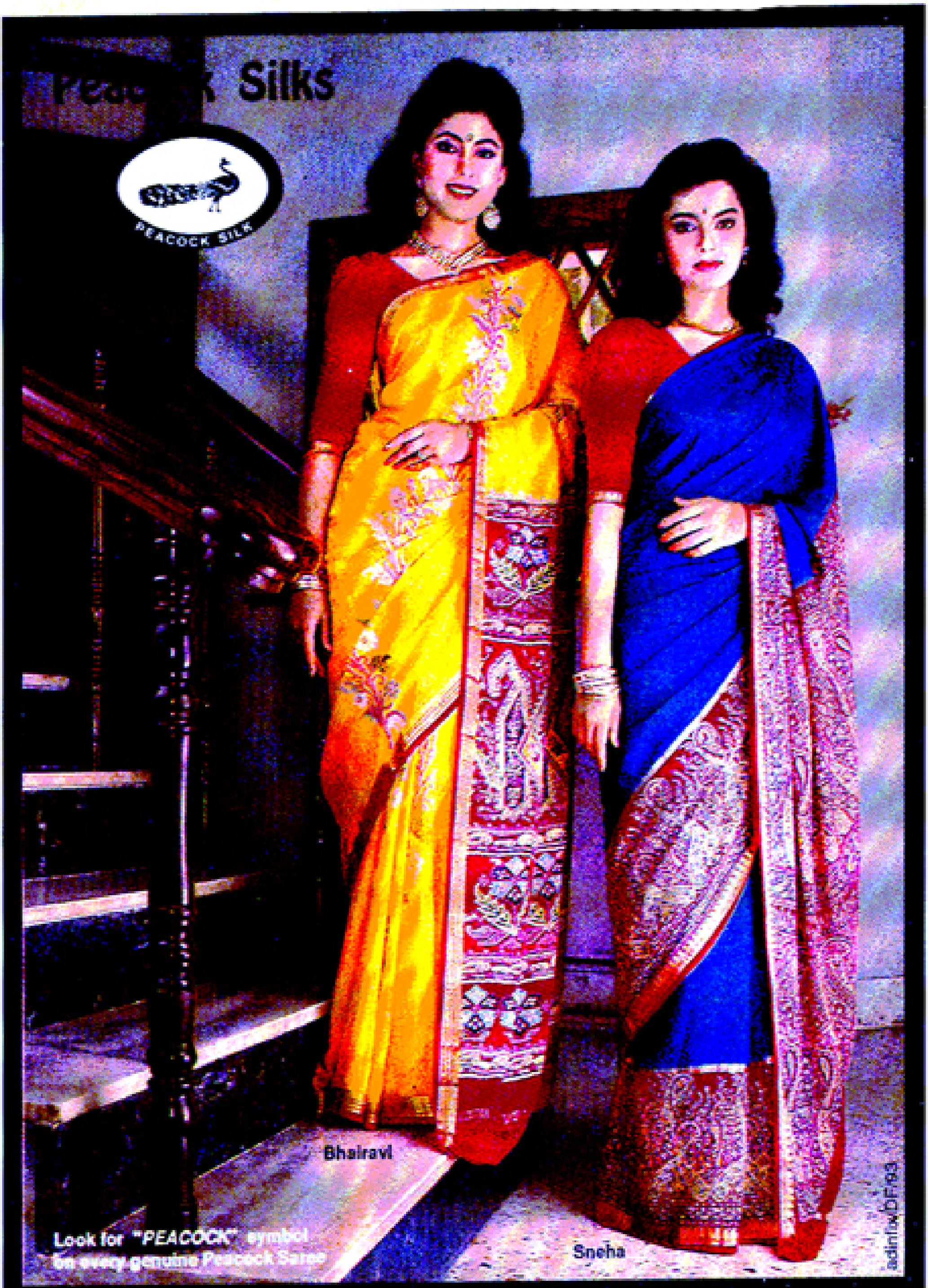
* Alliance invited for Madhwa, Desastha, graduate girl, 34 years, teacher, Sandilya Gothram, also alliance sought for her brother, 36, graduate, govt. employed, subsects mutual alliance acceptable. employed girl preferred. Box No. 30003

* Wanted Sengunthar Mudaliar, employed graduate groom for Neyveli Chief Engineer's daughter aged 21, studied diploma in Civil Engineering and trained domestic work. Also bride for employed engineering graduate son. Reply to Box No. 30004

★ நாயுடு, பி.ச., அசிஸ்டெண்ட் என்ஜினியர், P.W.D. திருச்சி, உத்திரம் 33/165/3500 வரனுக்கு படித்த குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. ஜாதகத்துடனும், விவரங்களுடனும் அனுப்பவும். தங்கை பி.ஏ. அசுவினி 27/150 குடும்பப்பாங்கான பெண்ணுக்கு வரன் தேவை. பெட்டி எண் : 40000



பரதன் பப்ளிகேஷன்ஸ் பிரைவேட் லிமிடெட் சார்பாகப் பரதன் அச்சகத்தில் ஆசிரியர் பொறுப்பேற்று அச்சிட்டு வெளியிடுபவர் : வி. முரளி. இணை ஆசிரியர் : மஞ்சுளா ரமேஷ்.
முகவரி : 47, ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை, ஈக்காட்டுதாங்கல், சென்னை - 600 097. ஆசிரியர் குழு அலுவலகம் : 2345624; சர்க்குலேஷன் மானேஜர் : 2345623; விளம்பரம் - சந்தா : 2345622; டைரக்டர் : 2345621.
ஆண்டுச் சந்தா - உள்நாடு : ரூ. 72/-; வெளிநாடு - கப்பல் தபால் : ரூ. 200/-; விமானத் தபால் ரூ. 500/-.
ஆறு மாதச் சந்தா - உள்நாடு : ரூ. 36/-; வெளிநாடு - கப்பல் தபால் : ரூ. 100/-; விமானத் தபால் ரூ. 250/-.


Silks
PEACOCK SILK
Bhairavi
Sneha
Look for "PEACOCK" symbol
on every genuine Peacock Saree